LA REVISTA DE LA FEDERACIÓ CATALANA DE BEISBOL I SOFTBOL

FCBS

Nº 3
AGOST 2020

Entrevista a

4 INTERNACIONALS CATALANS

JORGE BALBOA,
DANIEL A. MARTINEZ,
ROSER JONAS I
ANNA SOBRINO

DIGITALITZA
ELS MILLORS MOMENTS DEL TEU ESPORT

EXPERTS EN COMUNICACIÓ AUDIOVISUAL

modula communication

ON ENS POTS TROBAR?
Consell de Cent, 347, Principal 3ª
08007 | Barcelona

hola@modula.tv
Tel. 93 000 32 62

ÍNDEX

Entrevista 4 internacionals catalans 05

Notícies 16

Jugadors de la CBA 32

Jugadores de la CSA 34

Història 37

Serveis a clubs i federats 44

EDICIÓ
Federació Catalana de Beisbol i Softbol

MAQUETACIÓ I CORRECCIÓ
modula communication

REDACCIÓ I PUBLICACIÓ
Federació Catalana de Beisbol i Softbol
C/Vilamarí 28, Baixos 1ª 08015 Barcelona
Tlf: 93.424.02.25 Mòbil: 673.269.756
www.fcbs.cat

ENTREVISTA A 4 INTERNACIONALS CATALANS

Jorge Balboa

Biografia. 15/7/1986 Espanya
Club de formació: CBS Hèrcules L'H.

Equips:
CBS Hèrcules L'H, FC Barcelona, Rimini (ITA), CBS Cochi Figthing Dogs (JAP), CB Marlins Tenerife, CB Viladecans.

Quin és el camí a seguir per arribar a poder jugar en les seleccions i tornejos internacionals que has jugat?

El camí de la feina i la dedicació, des de ben aviat vaig aprendre a valorar el que m'aportava el beisbol i les seves recompenses.

Recordo la primera selecció nacional cadet, vaig aconseguir fer l'equip tot i ser infantil d'últim any, imagina't... No havia jugat al camp gran encara i em van donar la possibilitat de participar en aquest torneig en el camp gran. En aquells primers anys era receptor, veia la segona a un quilòmetre de distància. Vaig estar tot el torneig de catcher backup, fins a la final contra Itàlia, on vaig tenir un paper destacat. Perdent d'una en l'última entrada, R. Abete, em va posar a jugar a com batejador emergent, em tremolaven les cames. Abans d'entrar al calaix de bateig, vaig rebre la senyal de toc sacrifici, em planto i contacto amb la bola, surt cap a tercera, la recull el pitcher i falla el tir enviant-la a la xarxa darrere de la base. El corredor de primera va anotar, ja havíem empatat i jo a segona. El llançador amb cara de circumstància mira a segona, i realitza el seu primer llançament. Vaig executar la secundària i el meu company a home contacta amb la bola, de nou un toc, sabia que em quedava un llarg camí fins a home des del principi. Quan aixeco el cap, el coach movia el braç com un helicòpter, senyal per seguir cap a home vaig buscar després la pilota, era lluny el llançador va tornar a llançar malament a la primera base, teníem el partit guanyat, em vaig lliscar de cap i vam guanyar.

El partit va ser de nit a Burlada, i les grades plenes, mai oblidaré aquesta carrera.

Sense cap dubte el pas pel centre de tecnificació Blume, gràcies a una beca ofertada per la

FCBS, em va ajudar a adquirir la metodologia de treball necessària per a poder desenvolupar-me com a jugador.

Com t'ha ajudat a créixer com a esportista el fet d'haver viscut aquestes experiències? I com a persona?

He après que per enfrontar-te a un exèrcit el primer que cal ser és ser valent i enfrontar-ho de cara.

Quan estàs sobre de la goma de llançador, t'enfrontes a 10 adversaris als que derrotar i el pitjor és que estan units en contra teva.

Durant molt de temps i cada setmana m'enfronto a aquesta situació i per a superar-ho l'única via és la de ser sincer amb tu mateix ja que l'únic que et pot ajudar són les teves capacitats i el treball que has realitzat. A vegades et sents bastant sol al monticle.

Crec que això m'ha forjat un caràcter bastant fort. A la fi un es converteix en el que fa.

Aquestes experiències m'han permès créixer molt, ja que he conegut l'esport, he pogut conèixer a multitud de persones, noves amistats de l'entorn del món i conèixer llocs i formes de viure que sense l'esport difícilment hauria descobert.

Quin és el moment més dolç que recordes en competicions i seleccions internacionals? I el més amarg?

A la fi l'amargor o dolçor d'un moment, depenen de les expectatives que tenia en aquell moment precís. Amb el temps i una vegada curada la ferida pots arribar a entendre-la.

El primer moment i més amarg, va ser la pèrdua del pas a les Olimpíades al 2007 a Viladecans contra Holanda. Em vaig colar a la selecció absoluta amb 21 anys, veient ara i després de tants anys, un èxit.

Aquest partit, el vam perdre en el segon extra-inning per dues carreres, anotant 3 després que ens anotessin 5 a la part alta, aquest dia em van quedar gravades unes paraules que el manager Jake Molina repetia, fins que no finalitza el partit no saps quina és la carrera de la victòria.

Aquest mateix moment pugui ser el més dolç ja que mai la selecció nacional a tornat a participar en una fase final d'un torneig internacional com a locals. L'estadi estava a rebentar, fins i tot es veia el cap per allà de Johan Cruyff. Jugar davant dels teus és la major experiència per a mi, representar el meu país és el meu màxim orgull.

Quin és, per a tu, el màxim nivell com a jugador on has arribat amb la selecció?

Podria destacar dos tornejos, el meu primer mundial el 2007 a Taiwan i el preclàssic a Panamà 2016, ambdós tornejos de nivell AAA.

Quins consells donaries als joves jugadors que aspirin arribar a competir en una selecció nacional o catalana?

Treball, Treball i Treball. Abans de marcar 94 mph, has de marcar-ne 93. La milles es guanyen d'una en una però té recompensa.

Per sort la FCBS està realitzant bon treball amb les categories inferiors donant als esportistes eines per al seu desenvolupament.

Des de sempre havies aspirat a poder participar en una selecció o en tornejos internacionals d'aquest calibre? Com t'has preparat per arribar-hi?

La selecció cal entendre-ho com un equip, els jugadors vénen i van, els entrenadors igual. El més important és rendir al màxim per mantenir-se. L'any que tenim cita en el calendari m'enfoco i preparo tot l'any per arribar a l'estat físic i mental òptim. Em vaig organitzar tot l'any per a això, tant a l'apartat esportiu, personal i laboral.

És complicat mantenir el nivell per aspirar a participar en una selecció? Com afrontes la competència i el creixement dels joves que aspiren a arribar-hi?

El més important és la constància, per descomptat és difícil, perquè has de mantenir clars els teus objectius i estic fent referència a més enllà de l'esportiu.

Per poder arribar a jugar nivell, en qualsevol esport això ha de tenir una alta importància en la teva vida. És impossible no fer-ho doncs, amb els quals estàs competint, els teus companys si ho fan i et passen per sobre.

En l'esport la mediocritat no existeix, cal fugir d'ella. Mediocritat d'actitud és clar.

Què és el més important i en el que més es pot fixar un seleccionador quan escull jugadors per convocar? En quins aspectes s'haurien de centrar els que aspiren a arribar a la selecció?

El seleccionador, a al meu parer, ha d'escollir els millors jugadors del moment. Sense favoritismes ni currículums. Es sol dir que el difícil és mantenir-se, però al meu entendre el més difícil és arribar. Doncs descobrir la recepta per a l'èxit no és senzill. Sempre pas a pas, primer arribar, després mantenir-se. *Keep calm, one pitch at a time.*

Com valores l'evolució del nivell de la selecció i del beisbol i el softbol català en els darrers anys? Creus que ha millorat amb el temps, es manté o ha anat a menys?

Quan vaig arribar a sènior l'edat mitjana dels esportistes era major, em vaig trobar en actiu a jugadors com Felix Cano i Xavier Civit, els jugadors eren de més experiència.

Hi ha hagut un impàs, a causa de la reducció de les ajudes als esportistes des de 2009 i la generació que em seguia no ha tingut aquesta continuïtat.

Per fortuna ara tenim la fornada dels nois que van fer increïble paper a Corea el passat any.

Cal destacar que el nivell, de tot el que hem comentat, s'ha mantingut a causa de la naturalització i importació de talent estranger.

Daniel A. Martinez

Biografia. 3/7/1987 Veneçuela
Formació: Western Nebraska Community College.

Equips:
CB Marlins Tenerife, CBS Sant Boi.

Quin és el camí a seguir per arribar a poder jugar en les seleccions i tornejos internacionals que has jugat?
Dedicación, Constancia, esfuerzo, el trabajo extra ese que nadie ve, ser un buen compañero de equipo, aceptar errores y trabajar para ser mejor cada día.

Com t'ha ajudat a créixer com a esportista el fet d'haver viscut aquestes experiències? I com a persona?
Estas experiencias siempre vienen acompañadas de compañeros nuevos que juegan en otras ligas que tienen otros talentos que tu no tienes y aprendes mucho de ellos, de los entrenadores que te tocan ese año, de las situaciones por las que pasas. Todo esto al final se unen y te dan un aprendizaje y una experiencia que si sabes sacar lo positivo de ellas puedes aplicarlas a tu juego y te hacen ser mejor.
Como persona el hecho de visitar países diferentes cada uno de ellos con un estilo de vida, una cultura y un idioma diferente te abren la mente y te hace dar cuenta de lo diferentes que podemos llegar a ser los seres humanos, esto te hace reflexionar y ser agradecido por lo que tienes y te motiva a trabajar mas fuertes por tus metas.

Quin és el moment més dolç que recordes en competicions i seleccions internacionals? I el més amarg?
El momento mas dulce ha sido sin duda la medalla de oro conseguida en el 2008. Fue con la selección española sub-21 en el Europeo que se jugó ese año en Pamplona.
El más amargo fue en el 2007 con la selección absoluta, Nos faltaban 6 outs para ganarle a Holanda y prácticamente asegurarnos un pase a las olimpiadas del 2008 y al final terminamos perdiendo el partido.

Quin és, per a tu, el màxim nivell com a jugador on has arribat amb la selecció?
Yo creo que indistintamente el torneo que se vaya a jugar, el simple hecho de pertenecer a una selección Nacional para mi ya me hace sentir que estoy en el mejor nivel. Si es verdad que un mundial no tiene la misma connotación que un Europeo, pero para mi el representar un país y el saber que te han elegido a ti sobre otros jugadores que también se lo merecen ya me hace sentir orgulloso y sentir que estoy jugando al máximo nivel.

Quins consells donaries als joves jugadors que aspirin arribar a competir en una selecció nacional o catalana?
Siempre entrenen y jueguen duro que nunca se sabe quién está viendo o quien pueda ser el próximo coach o seleccionador nacional. Tengan siempre buena actitud en el terreno, positivos y buenos compañeros. Nunca se rindan el limite esta donde cada uno de nosotros nos lo marquemos.

Des de sempre havies aspirat a poder participar en una selecció o en tornejos internacionals d'aquest calibre? Com t'has preparat per arribar-hi?
La naturaleza de un deportista tiene que ser siempre aspirar a más, nunca conformarse. Yo antes de mi primera convocatoria nunca tuve como objetivos jugar europeos o mundiales con la selección Española. Pero mi primer año aquí en el 2006 me llamaron a participar en un torneo amistoso que se jugó en Montjuic y al sentir esa adrenalina y ese sentimiento de responsabilidad de estar representando a un país hizo que una de mis metas de cada año era que me llamasen con la selección.

És complicat mantenir el nivell per aspirar a participar en una selecció? Com afrontes la competència i el creixement dels joves que aspiren a arribar-hi?
Es muy complicado, especialmente en la selección Española que ha ido en auge y cada vez son más los jugadores que están en otras ligas más competitivas que se interesan en venir a jugar con la selección. Yo creo que la clave es ir día a día, a la vez, antes de cada torneo o concentración con la selección hay una liga por jugar, tienes que centrarte en ser el mejor cada día e intentar ayudar a que tu equipo gane, una vez terminado ese día se puede pensar en el siguiente y así hasta que llegue el momento de la convocatoria. A veces uno se pone muy ansioso por cosas que puedan pasar de aquí a mucho tiempo y se olvida de lo que tiene que hacer ahora mismo para poder llegar en condiciones a esa concentración y por el camino dejas de hacer muchas cosas y a lo mejor el no haber estado centrado en mejorar tu juego dia a dia te perjudica para que te llamen a una concetración.
El tener gente joven con ganas de entrar a la selección siempre es bueno porque hace que los que tienen mucho tiempo con el equipo no se acomoden, es una motivación para que siempre mantengas tu juego en el nivel más alto ya que hay jugadores que quieren tu puesto.

Què és el més important i en el que més es pot fixar un seleccionador quan escull jugadors per convocar? En quins aspectes s'haurien de centrar els que aspiren a arribar a la selecció?
Sin duda los fundamentos del juego, si un jugador maneja los fundamentos del juego tiene una mayor oportunidad, el tema con las selecciones nacionales es que nunca se sabe, cada manager tiene su estilo, cada año el equipo cambia, se intentan mejorar las debilidades que tuviste en el torneo anterior, sabiendo esto lo único que puedo decir es que como jugador cuando uno se esta ganando un puesto en un equipo uno tiene que centrarse en los fundamentos del juego, como el corrido de base, los outs de rutina, el hacer el trabajo en el home etc. Es decir enfocarse en todas esas cosas que podemos controlar. Por último, pero no menos importante, el ser un buen compañero de equipo, el éxito que hemos tenido en la selección española en los últimos 8 años se debe a la química que ha habido en el equipo. Sin egos, cada uno sale al terreno a dar el 100% y al final el resultado llega.

Com valores l'evolució del nivell de la selecció i del beisbol i el softbol català en els darrers anys? Creus que ha millorat amb el temps, es manté o ha anat a menys?
El progreso y desarrollo del béisbol catalán es indudable, y los resultados avalan mi respuesta. Cada vez hay más participación de selecciones catalanas en torneos internacionales y hay más jugadores que militan en clubes catalanes en las convocatorias a las diferentes selecciones españolas. Pero esto se debe no solo al trabajo de jugadores, técnicos o federación, esto se debe al trabajo en conjunto que se ha hecho desde toda la comunidad del beisbol en Cataluña. Desde federación, clubes, jugadores, técnicos, anotadores, delegados, árbitros y los padres que son también una pieza clave para el desarrollo del deporte. Es por eso por lo que me gustaría destacar que tanto en los deportes de equipo como en comunidades muy definidas como la comunidad del béisbol el éxito depende de cada uno de los miembros del equipo o de la comunidad, puede haber un jugador o una persona que sobresalga más que los demás, pero para llegar al éxito colectivo se necesita que cada uno de los integrantes del equipo o de la comunidad haga su parte.

Roser Jonas

Biografia. 25/3/1994 Espanya
Club de formació: Projecte S. Gavanenc / Willow Glen High School.

Equips:
Projecte S. Gavanenc, Mize Diamonds (USA), CBS Sant Boi.

Quin és el camí a seguir per arribar a poder jugar en les seleccions i tornejos internacionals que has jugat?
No sabria dir un camí que assegurés arribar a jugar a nivell internacional, però al final entenc que és una conseqüència a la constància i sacrifici, a sentir passió pel joc i dedicar tot el teu temps a voler ser millor.

Com t'ha ajudat a créixer com a esportista el fet d'haver viscut aquestes experiències? I com a persona?
Com a esportista, totes aquestes experiències han fet que tingui més confiança en el que sóc capaç de fer, en sentir-me més segura de mi mateixa i gaudir del joc. Però m'ha aportat molt més com a persona. Saber gestionar el meu temps, saber aprofitar-lo també. El fet d'entendre el treball en equip, on tots som necessaris però ningú imprescindible, i sobretot a saber assumir responsabilitats amb les decisions que prenc.

Quin és el moment més dolç que recordes en competicions i seleccions internacionals? I el més amarg?
Moments dolços no podria escollir. Per una banda haver classificat per un preolímpic l'estiu de 2019 va ser una experiència increïble , i sobretot viure l'eufòria amb l'equip, mirar-nos i saber que allò ho havíem aconseguit juntes, és una sensació que encara em fa vibrar. Per l'altre banda, sempre tinc un record especial pel meu primer europeu amb la Selecció Espanyola U16, on vam aconseguir la medalla de bronze, guanyar a Txèquia va ser una experiència brutal. Un dels més amargs per a mi va ser l'Europeu Juvenil 2010, on havent quedat primeres de grup per sobre de la Gran Bretanya i Txèquia, vam finalitzar 7es de mala manera en els creuaments. Aquell equip estava preparat per aconseguir la medalla.

Quin és, per a tu, el màxim nivell com a jugador on has arribat amb la selecció?
Sens dubte, haver pogut jugar un pre-olímpic.

Quins consells donaries als joves jugadors que aspirin arribar a competir en una selecció nacional o catalana?
Que siguin constants. No hi ha recompensa ni treball ben realitzat sense esforç i sacrifici. També conèixer-se a un mateix, saber quines qualitats són les que t'identifiquen i potenciar-les.

Des de sempre havies aspirat a poder participar en una selecció o en tornejos internacionals d'aquest calibre? Com t'has preparat per arribar-hi?
A l'inici, mai vaig ser conscient de fer les coses volent arribar a les seleccions. Al principi, només em preocupava el meu equip (les seleccions les veia molt lluny), volia aconseguir fites amb les companyes amb les que entrenava cada dia, amb les que ens marcàvem objectius, amb les que compartíem les nostres fortaleses i les nostres debilitats, d'aquesta manera les seleccions van ser una conseqüència. Si es veritat, que un cop dins les seleccions entres en una altra dinàmica, i és quan et preguntes què és el que puc aportar jo? i comences a treballar aquestes qualitats que et fan ser necessària i comences a treballar apart dels teus entrenaments coses específiques i preparació física per poder aspirar a seguir en l'equip.

És complicat mantenir el nivell per aspirar a participar en una selecció? Com afrontes la competència i el creixement dels joves que aspiren a arribar-hi?
Al final, per mi la clau és coneixer-se a un mateix i és igual d'important saber què pots aportar i què no. Per altre banda, és imprescindible que mai es doni per fet que es té el lloc assegurat, només treballant com si fos la primera vegada que aspires a participar-hi és com tindràs més possibilitats de seguir al nivell.
M'encanta veure a les noves generacions que pugen. Crec que veure a una jove jugadora amb el talent suficient per competir a nivell internacional, amb una energia renovada i amb ganes de menjar-se el món, et fa recordar perquè estàs jugant, per a què somies tu també, i et fa ser millor, no? A vegades quan portes anys en aquesta dinàmica és fàcil oblidar-se de l'essència. Per altre banda, sóc conscient que res és per sempre, i hi haurà un any que inevitablement sigui el final perquè altres han de prendre el relleu, és llei de vida.

Què és el més important i en el que més es pot fixar un seleccionador quan escull jugadors per convocar? En quins aspectes s'haurien de centrar els que aspiren a arribar a la selecció?
És una pregunta difícil. Jo entenc que els seleccionadors busquen un equip, i al final has de tenir la sort que busquin o necessitin les teves qualitats per completar-lo. Però segur que si treballes de forma constant, ets disciplinat, li dones la mateixa importància a la preparació física i la preparació tècnica i tens el concepte d'equip clar, tindràs bon tros del camí guanyat.

Com valores l'evolució del nivell de la selecció i del beisbol i el softbol català en els darrers anys? Creus que ha millorat amb el temps, es manté o ha anat a menys?
Crec que el nivell de les seleccions del beisbol i softbol català estan en creixement. En els darrers anys han tingut la sort de poder participar a nivell internacional i això farà que cada cop veiem més nivell. Desitjo que això només sigui el començament i puguem veure una gran evolució amb el pas dels anys.

Anna Sobrino

Biografia. 7/2/1995 Espanya
Club de formació: CBS Sant Boi / CB Viladecans.

Equips:
CBS Sant Boi, CBS Legnano (ITA), CB Viladecans.

Quin és el camí a seguir per arribar a poder jugar en les seleccions i tornejos internacionals que has jugat?
No crec que hi hagi un camí en concret a seguir. Cadascú dels que hem arribat a jugar en aquest nivell hem tingut, segur, camins molt diferents. Però si haig de parlar del meu, crec que ha sigut la constància, les ganes de superar-me dia a dia, entrenar més que la resta i fixar-me objectius assolibles any rere any. I el més important, viure enamorada d'aquests esports!!

Com t'ha ajudat a créixer com a esportista el fet d'haver viscut aquestes experiències? I com a persona?
Com a esportista m'ha ajudat a jugar a un nivell més alt del que es juga aquí. Això a fet que volgués millorar cada any per apropar-me una mica més al nivell de les millors jugadores d'Europa. També he après a adaptar-me a situacions fora de la meva zona de confort, a altres companyes i entrenadors que potser treballaven diferent de com estava acostumada a treballar al meu equip. Gràcies a totes aquestes experiències, any rere any he anat madurant com a persona i jugadora i m'ha ajudat a fer-me més forta en l'àmbit mental. Tot això m'ha permès, també, conèixer noves persones i poder arribar a fer noves i bones amistats fora del meu equip i ciutat.

Quin és el moment més dolç que recordes en competicions i seleccions internacionals? I el més amarg?
En aquests tipus de competicions sempre n'hi ha moments dolços i amargs. Són dies on les emocions pugen i baixen constantment. Però si haig d'escollir un de dolç, sense cap dubte em quedo amb tota la setmana de l'Europeu absolut del 2019: Ho teníem difícil per poder passar entre els 8 primers, ja que teníem al grup, l'equip d'Israel amb un roster ple de jugadores d'universitats americanes i també la selecció italiana. El partit contra Israel va ser molt emocionant, va estar molt ajustat i va ser molt llarg. Al final, la balança va caure a favor nostre i d'aquesta manera vam poder passar a la següent fase entre els 8 primers equips d'Europa. Guanyar a Irlanda que a priori ens classificava entre els 6 primers i ens donava l'oportunitat de jugar el Pre-Olimpic. L'emoció viscuda a l'hotel, veient el partit que confirmava la nostra classificació o ens feia fóra. Vam sortir de les habitacions cridant d'alegria, celebrant la nostra classificació al Pre-Olimpic. I per acabar, el partit contra França. Un partit que va començar amb tot en contra però vam ser capaces de donar-li la volta i d'aquesta manera poder aconseguir una cinquena posició molt especial. A la meva vida he plorat tant d'alegria com ho vaig fer en aquells dies! I com a moment amarg, crec que em quedo amb l'Europeu juvenil del 2010. On després de guanyar, a la segona fase de l'europeu, a la República Txeca i a Alemanya, ens van suspendre el partit que ens donava la classificació entre els quatre primers. Jugàvem contra Eslovàquia, una selecció a priori inferior a el nostre. En el cinquè inning anàvem dues carreres a baix. Ens tocava batejar, no teníem outs i teníem les bases plenes. En aquell moment va començar a ploure, el camp es va inundar i van donar per finalitzat el partit. Després d'allò, van succeir una sèrie de factors en altres partits aliens als nosaltres, que ens van portar al partit de la setena i vuitena posició. Alemanya va jugar la final de l'Europeu.

Quin és, per a tu, el màxim nivell com a jugador on has arribat amb la selecció?
El màxim nivell a estat jugar amb la selecció Espanyola el Pre-Olimpic 2019 a Holanda.

Quins consells donaries als joves jugadors que aspirin arribar a competir en una selecció nacional o catalana?
Els hi diria que treballin de valent. Que per més que les coses es compliquin no es donin mai per vençuts ni vençudes. De vegades es tanquen portes, però han de saber que moltes altres es poden obrir si continuen lluitant pels seus somnis. Que no permetin mai que ningú els hi digui que no poden arribar on volen. El més important és fixar-se objectius assolibles, i entrenar molt dur per poder aconseguir-los.

Des de sempre havies aspirat a poder participar en una selecció o en tornejos internacionals d'aquest calibre? Com t'has preparat per arribar-hi?
Sincerament quan vaig començar no era conscient de res d'això. Quan era petita no hi havia tantes competicions internacionals amb la selecció catalana com les que hi ha ara. Vaig començar a ser una mica més conscient quan l'any 2007 i 2008 vaig formar part de la selecció catalana de Beisbol que va jugar a Gandia. En aquella època mai m'hauria platejat arribar a l'equip Nacional. No vaig ser del tot conscient fins al 2010, que després de jugar dos campionats d'Espanya de Softbol, em van seleccionar amb l'equip nacional juvenil. Fins aquell moment mai m'havia preparat per arribar a cap competició així. Només entrenava més que la resta perquè m'agradava i volia superar-me a mi mateixa dia a dia. Un cop vaig ser conscient, em vaig començar a preparar físicament. Vaig començar a treballar molt més els aspectes tècnics i cada any a treballar l'aspecte mental. Per aquests tipus de competició és molt important treballar l'aspecte mental, si no estàs bé, t'acaba passant factura.

És complicat mantenir el nivell per aspirar a participar en una selecció? Com afrontes la competència i el creixement dels joves que aspiren a arribar-hi?
Sí que és complicat. No pots baixa la guàrdia. Has d'entrenar cada any una mica millor i tenint sempre en compte el que has de millorar. En aquest esport sempre has d'estar millorant. No et pots relaxar si vols estar l'any següent al màxim nivell. Crec que és bo que les noves generacions creixin i arribin trepitjant fort. Mai ho he vist com una amenaça, si no tot el contrari. Les noves generacions donen aire fresc a les seleccions. Porten ganes i il·lusió, i les que portem més temps els hi hem d'aportar la tranquil·litat i l'experiència. Tothom tenim el nostre moment i hem de ser conscients que hi ha etapes que acaben i que vindran noves generacions que ho poden fer millor. Nosaltres hem d'estar allà per ajudar i aportar coses bones. Sóc de les que creu que tots hem d'aprendre de tots.

Què és el més important i en el que més es pot fixar un seleccionador quan escull jugadors per convocar? En quins aspectes s'haurien de centrar els que aspiren a arribar a la selecció?
Cada seleccionador és diferent. Hi ha alguns que es fixen més en les estadístiques i d'altres que es paren a fer un seguiment més profund dels jugadors i es fixen en les característiques especials que cada jugador te i pot aportar a l'equip. Personalment penso que al final a l'hora de seleccionar t'interessa endur-te un equip complet en molts aspectes i no serveix de res endur-te els millors batejadors si després a la defensa tens forats o a l'inrevés. Així que crec que és important ser un/a jugador/a complet/a però que has de saber identificar allò que et diferencia de la resta i que pot ser important a l'hora d'aportar a l'equip. Als joves els hi diria que tots i totes tenen una cosa especial que no te la resta, que ho identifiquin i treballin al màxim aquesta habilitat, però que no s'oblidin que és molt important ser el més complet possible en tots els aspectes del joc i treballar-ho. També és important saber ser company i/o companya, respectar a tothom i tenir una bona actitud.

Com valores l'evolució del nivell de la selecció i del beisbol i el softbol català en els darrers anys? Creus que ha millorat amb el temps, es manté o ha anat a menys?
Valoro molt positivament el creixement del beisbol i el softbol català. Any rere any hem anat millorant i crec que tot és gràcies al treball dels clubs i de la federació. Cada any hi ha més possibilitats que els joves participin en torneigs internacionals i això és molt positiu, ja que puja el nivell. L'aparició de les acadèmies també ha ajudat molt a què els joves creixin més preparats. Tant de bo a la nostra època hagués estat possible tenir aquest tipus d'oportunitats. I el fet que cada any s'organitzin torneigs i partits internacionals de les categories superiors, ajuda a fer que els joves es motivin i vulguin arribar a participar en aquests tipus d'esdeveniments. I a la vegada, a nosaltres també ens dóna un plus de motivació. A tots ens agrada jugar contra equips estrangers. Aquest tipus de partits sempre són d'una mica més de nivell i agrada jugar-los.

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Raúl Casanova

JUGADOR MLB (9 ANYS)

- Detroit Tigers
- Milwaukee Brewers
- Baltimore Orioles
- Chicago White Sox
- Tampa Bay Devil Rays
- New York Mets

LIVE

CATCHERS D'ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIMECRES 6 DE MAIG A LES 17:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Ramón Rosso

JUGADOR DELS PHILADELPHIA PHILLIES

2017 - Rookie
2018 - A
2019 - AA/AAA
2020 - MLB

LIVE

EXPERIÈNCIA DE BARCELONA A LA MLB

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIMARTS 5 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb José Contreras

ASESOR DEL GENERAL MANAGER DE CHICAGO WHITE SOX

Guanyador World Series 2005
All Star 2006
Jocs Olímpics Atlanta 1996 - medalla d'or

JUGADOR MLB (11 ANYS)

- New York Yankees
- Chicago White Sox
- Colorado Rockies
- Philadelphia Phillies
- Pittsburgh Pirates

LIVE

PITCHERS BÉISBOL D'ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIVENDRES 8 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Guillermo Spotorno

ENTRENADOR DE SELECCIONS NACIONALS (ARGENTINA, REPÚBLICA TXECA, ISRAEL, GUATEMALA, LITUANIA)

PARTICIPACIONS COM ENTRENADOR

2 Women's World Championship
1 Men's World Championship
2 Junior World Championship
2 Juegos Panamericanos

LIVE

FORMACIÓ PER JUGADORES I ENTRENADORS DE SOFTBOL D'ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIUMENGE 3 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Yuruby Alicart

JUGADORA SELECCIÓ DE VENEÇUELA

- Jocs Olímpics Beijing 2008
- World Games 2013 - plata
- Florida State University

LIVE

BATEJADORES I ENTRENADORS/ES SOFTBOL ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIJOUS 7 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

con Lourdes Gurriel Jr.

Toronto Blue Jays

LIVE

EXPERIENCIA DE UNA PROMESA DEL BEISBOL DE ALTO NIVEL

INSCRIPCIONES ABIERTAS Y GRATUITAS

DOMINGO 17 DE MAYO A LAS 19:00 HORAS

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

DIMECRES 29 D'ABRIL 19:00 HORES

amb Ruby Rojas

ENTRENADORA:

- Auburn (2020)
- Mt. SAC (2010 - 2019)
- Orange Coast College (2005 - 2010)

JUGADORA:

- Jocs Olímpics - Venezuela (2008)
- 4 participacions al Women's World Championship
- Top 25 de batejadores amb més average a la NCAA Div1

LIVE

FORMACIÓ DE JOVES JUGADORES DE SOFTBOL FEMENÍ

OBERT PER TOT EL SOFTBOL!

DIMECRES 29 D'ABRIL A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Eugene Kingsale

JUGADOR MLB:

Baltimore Orioles (1996-2001)
Seattle Mariners (2001-2002)
San Diego Padres (2003)
Detroit Tigers (2003)
Netherlands - World Baseball Classic 2006 i 2009
Jocs Olímpics 2004 i 2008

ENTRENADOR:

Coach Netherlands U23
Coach Netherlands U18

LIVE

FORMACIÓ DE JUGADORS PROMESES DEL BEISBOL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIVENDRES 1 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Luis Perdomo

- Instructor de la WBSC
- Entrenador Olímpic
- Entrenador Internacional amb Venezuela, Puerto Rico, Argentina i Guatemala
- Professor d'Educació Física

LIVE

TÈCNIQUES OFENSIVES DE SOFTBOL D'ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DIMARTS 12 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

amb Jeremy Guthrie

GUANYADOR WORLD SERIES 2015

JUGADOR MLB (13 ANYS)

- Cleveland Indians
- Baltimore Orioles
- Colorado Rockies
- Kansas City Royals
- Washington Nationals

LIVE

CARRERA ESPORTIVA D'ALT NIVELL

INSCRIPCIONS OBERTES I GRATUITES!

DISSABTE 9 DE MAIG A LES 19:00 HORES

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

con Eric González

INTERNACIONAL:

World Baseball Classic 2013
2 Mundiales WBSC
1 Preolímpico
3 Bronces en European Championship Senior
Plata en European Championship Junior.
Bronce en European Championship Cadete

USA:

Cochise Community College
Draft 2008 - San Diego Padres
Rookie - AAA San Diego Padres 2008-2010
Ligas independientes USA 2010-2013

LIVE

CARRERA DE UN JUGADOR ESPAÑOL EN LOS EEUU

INSCRIPCIONES ABIERTAS Y GRATUITAS

DOMINGO 7 DE JUNIO A LAS 19:00 HORAS

zoom Video Conferencing
FCB FORNACIA

con Junior Guerra

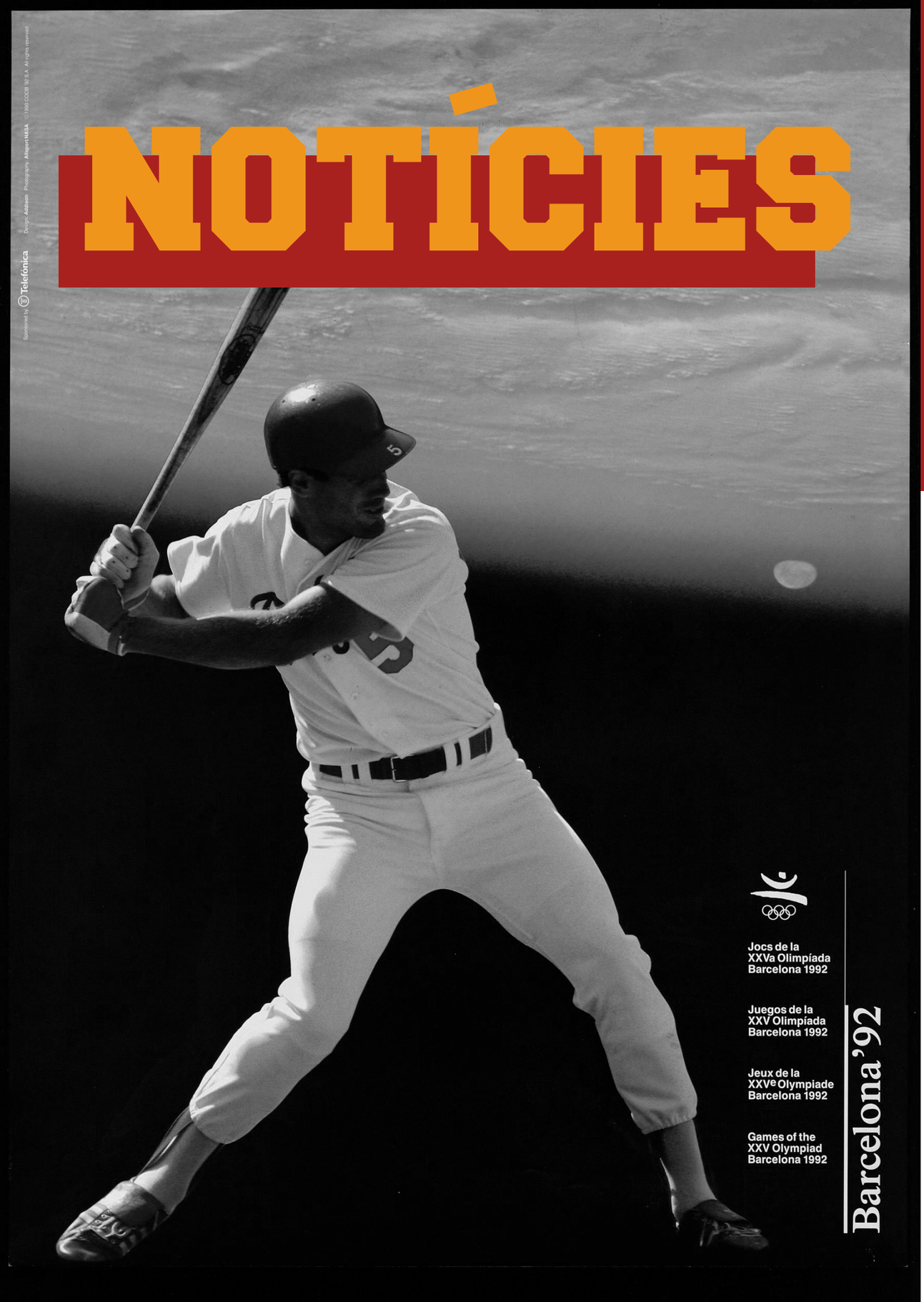
Chicago White Sox (2015)
Milwaukee Brewers (2016-2019)
Arizona Diamondbacks (2020)

LIVE

CARRERA DE UN LANZADOR DE BEISBOL DE ALTO NIVEL (DE EUROPA A LA MLB)

INSCRIPCIONES ABIERTAS Y GRATUITAS

SÁBADO 16 DE MAYO A LAS 19:00 HORAS



NOTÍCIES DE LA FEDERACIÓ

FORMACIO ONLINE
SALUT I RENDIMENT BEISBOL I SOFTBOL

Finalitza el segon curs online amb la participació de 134 alumnes inscrits.

En la passada emergència sanitària viscuda causada per la Covid-19, la Federació Catalana de Beisbol i Softbol va posar en marxa el seu segon curs en línia per mantenir actius a tot el món del beisbol i softbol.

Una nova formació en línia, a través de la plataforma de Google Classroom, Salut i rendiment en beisbol i softbol, dividit en tres blocs de Nutrició, Preparació física i Prevenció de lesions, obert per a tothom, federats o no, i majors de 14 anys.

La durada del curs va ser d'una setmana, de dimecres 20 a el dimecres 27 de Maig on finalitza amb una videoconferència de cada professor per resoldre dubtes del curs.

Els professors dels curs van estar, José Romero, fisioterapeuta, Lluís Rodón, nutricionista i Juan Torres, preparador físic.

LA FCBS ES REINVENTA I APOSTA PER FORMACIÓ DIGITAL

La pandèmia global de la Covid-19 ha escombrat moltes activitats, sent una de les més castigades el món de l'esport. En aquesta situació, la Federació Catalana de Beisbol i Softbol reafirma encara més la seva aposta per seguir oferint formació virtual per a totes les persones relacionades a aquests dos esports. Seguint el camí marcat per iniciatives com el Coach's Corner o els vídeos destinats a esportistes per no perdre el ritme, des de la FCBS s'ha fet un salt de qualitat, portant als millors esportistes de tots dos esports per assessorar i donar consells als més joves.

Les entrevistes amb professionals del beisbol i el softbol mundial van iniciar-se el ja passat 29 d'abril amb la ponència de Ruby Rojas, coach de la Universitat d'Auburn i jugadora de l'equip olímpic de softbol de Veneçuela de l'any 2008. El tema truncal de la xerrada va ser la formació de les joves jugadores de softbol, i l'assistència va demostrar l'elevat interès a seguir millorant, arribant a omplir quasi completament el centenar d'inscripcions. Però aquesta iniciativa no es va quedar com una simple formació esporàdica, sinó que, vist l'èxit, es va decidir seguir endavant amb la proposta. D'aquesta manera, a Ruby Rojas la van seguir figures de tots els àmbits de tots dos esports, sent el successor immediat de Rojas Eugene Kingsale, jugador durant vuit anys de la MLB, on va militar a les files d'equips com els Baltimore Orioles, i que també va participar en dues edicions del World Baseball Classic i en dos Jocs Olímpics. Seguint la dinàmica de Rojas, Kingsale va parlar sobre el procés de formació de joves promeses, però aquesta vegada enfocat en el món del beisbol.

Amb la llauna ja oberta, aquestes formacions van passar a ser una activitat pràcticament diària. Des del 3 de maig han passat per la plataforma de Zoom de la FCBS: Guillermo Spotorno (entrenador de diversos combinats nacionals i instructor de la WBSC); Ramón Rosso (jugador format a Catalunya que actualment es troba en temporada d'Spring Training dins la franquícia dels Philadelphia Phillies); Raúl Casanova (receptor amb nou anys d'experiència a la MLB i guanyador d'unes Sèries Mundials l'any 2005); Yurubry Alicart (jugadora de l'equip de Veneçuela a les olimpíades de Beijing 2008); José Contreras (exjugador de la MLB amb importants mèrits a l'esquena, com la participació en un All Star Game, unes World Series i una medalla d'or olímpica l'any 1996); Jeremy Gurthie (exllançador dels Kansas City Royals, amb qui es va proclamar campió de les World Series l'any 2015); Gerardo Parra (actual jugador de Yomiuri Giants al Japó i guanyador de les World Series 2019 amb els Washington Nationals); Luis Perdomo (entrenador de diverses seleccions com Veneçuela als Jocs Olímpics del 2008 i actual instructor de la WBSC); Òscar Roman, Andrés Gimeno i Aritz Garcia (tots tres amb experiència al beisbol universitari americà); Lourdes Gurriel Jr. (una de les millors promeses del beisbol actualment a la MLB), Junior Guerra (un jugador amb experiència a Europa, en concret al CBS Sant Boi, i actualment a Arizona Diamondbacks), Carlos Caro (Pitching coach de la Selecció de Méxim de Softbol femení), Rafael Orozco (Manager de la Selecció de Colombia de Softbol femení) i Eric González (jugador espanyol amb experiència a Universitats americanes, draft i professional per San Diego Padres).

Pel que fa a temes, s'han tocat temàtiques tan diverses com la formació de promeses del món del beisbol i softbol, l'experiència de tots els jugadors i jugadores que han viscut l'esport de més alt nivell, tècniques i recomanacions a diferents posicions defensives al camp de joc o la responsabilitat que suposa ser un esportista de tan alt nivell, entre tantes altres temàtiques. Totes aquestes xerrades es poden recuperar a través del canal de YouTube de la Federació Catalana de Beisbol i Softbol, on estan totes penjades, i on s'aniran afegint més. I és que, mentre ha durat l'anòmala situació en la qual ens hem trobat, les xerrades i formacions han seguit sent una realitat, i, amb alta participació i interès, les millors figures d'aquests dos esports han passat virtualment per Catalunya a compartir els seus coneixements.

Link de la web de la FCBS per veure totes les xerrades: http://*www.fcbs.cat/wp/entrevistes-online/*

REUNIONS DE SEGUIMENT DEL BEISBOL I SOFTBOL CATALÀ

Dimarts 2 i dimecres 3 de juny van tenir lloc reunions de seguiment de la FCBS juntament amb els clubs catalans i amb tots els membres dels Comitès Catalans, tant d'Àrbitres com d'Anotadors/es.

Des de la FCBS es van exposar les diferents recomanacions i guies de bones pràctiques per iniciar els entrenaments i competicions del beisbol i softbol

NOUS LOGOS PELS COMITÈS CATALANS

El passat mes d'Abril es van estrenar els nous logos elaborats per la FCBS, pels Comitès Catalans d'Entrenadors, d'Àrbitres i d'Anotadors.

CARNET VIRTUAL PER TOTS ELS FEDERATS

Després de la passada emergència sanitària causada per la Covid-19, des de la FCBS es va treure el nou carnet virtual per tots els federats i federades, que es va facilitar a través dels clubs.

NOU APARTAT WEB AMB LES ACTUALITZACIONS DELS PROTOCOLS COVID-19

Nou apartat a la web de la FCBS, amb totes les actualitzacions sobre les recomanacions de la desescalada del COVID19 als nostres esports. On podràs trobar els documents següents:

- Guia de bones pràctiques i recomanacions (FCBS)
- Recomanacions per a la pràctica del beisbol i softbol (FCBS)
- Retorn segur del beisbol/softbol - Directrius de prevenció del COVID-19 (WBSC)
- Guia pràctica pel retorn al joc (WBSC)

http://www.fcbs.cat/wp/covid19/

HEMEROTECA DEL BEISBOL I SOFTBOL CATALÀ

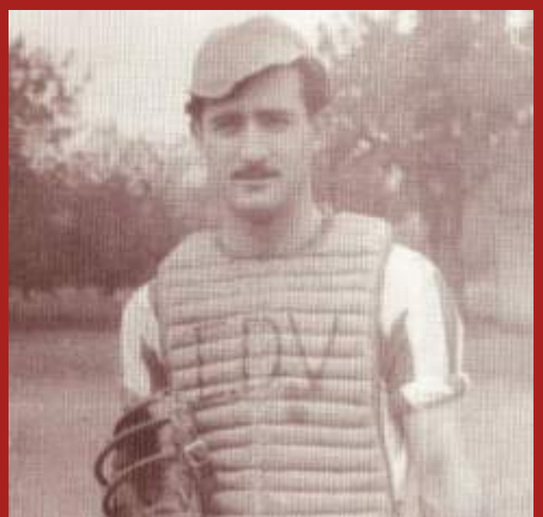
S'obre un nou apartat a la pàgina web de la Federació, l'hemeroteca del beisbol i softbol català amb més de 500 documents entre fotografies, documents, retalls de premsa i cartells, per mantenir viva la història del nostre esport, des de 1900 fins a l'actualitat.

Us convidem a col·laborar-hi enviant tot el que tingueu en qualsevol format a fcbshistoria@gmail.com.

DECÉS DE JOSEP GUSI, FUNDADOR DEL CB VILADECANS

Josep Gusi Zaidin, fundador del Club Beisbol Viladecans, pioner i referent del beisbol català, ens va deixar el passat 14 de Juny.

Agrarïr del projecte que va començar justament fa ara 75 anys, i que ha suposat un símbol per la ciutat de Viladecans i pel beisbol nacional. Gràcies a ell, molts nens i nenes han pogut gaudir d'aquest esport i han complert els seus somnis.



REUNIÓ TÈCNICA AMB CLUBS, PELS NOUS INICIS DEL BEISBOL I SOFTBOL

Reunió tècnica de la FCBS amb presidents/es i coordinadors tècnics dels clubs catalans, per decidir les dates dels inicis de competicions i nova reglamentació.

INICIS CAMPIONAT DE CATALUNYA

12 i 13 de Setembre - Sènior 1ª Divisió i Sub-18 Beisbol

19 i 20 de Setembre - Sènior 2ª Divisió, Sub-16, Sub-14, Rookie, Sub-12 i Sub-10 Beisbol, Open i Sub-16 Softbol, Slowpitch i Sènior Masters

VI CATALUNYA SUMMER BASEBALL CAMP (TECNIFICACIÓ)

Un total de 15 participants en el 6è Campus d'Estiu de la FCBS, TECNIFICACIÓ de beisbol i softbol. Dues setmanes d'activitats dels nostres esports, del 6 al 10 Juliol i del 13 al 17 de Juliol, amb activitats de defensa i bateig, torneig de baseball5, tot dirigit pels tècnics Marc Carrillo i Eric Segura.

Han estat dues setmanes, on varis jugaodrs i jugadores han pogut tornar a entrenar el seu esport, el beisbol i sfotbol, i sobretot ha sigut momento per conèixer jugadors d'altre clubs, i d'altres païssos, gràcies a la participación de 3 jugadors de Eagles Praga i Tempo Praga (República Txeca).

EL CB BARCELONA ES PROCLAMA CAMPIÓ DEL CAMPIONAT DE CATALUNYA SÈNIOR DH DE BEISBOL

El CB Barcelona s'alça amb el títol del Campionat de Catalunya Sènior Beisbol DH 2020.

La novena dirigida per Jose Luis Riera, ha vençut en l'últim partit d'aquest campionat per 16 a 3, sobre el CB Viladecans, rival per alçar-se amb el títol. Amb un gran partit de l'ofensiva barcelonina ha aconseguit fer-se amb el partit i així amb el títol.

Si la situació de la pandemia ho permet, el proper 12 de Setembre s'iniciará la Lliga Nacional de DH, amb la particiapció dels 3 equips catalans.

PROJECTES DE FUTUR A L'ASSEMBLEA DE LA UFEC

Unió de Federacions Esportives de Catalunya

La Unió de Federacions Esportives de Catalunya va celebrar el dilluns 29 de Juny l'Assemblea General 2019

En la reunió, en què hi van participar prop de 60 presidents i presidentes de federacions esportives, el president de la UFEC, **Gerard Esteva**, va presentar la Memòria d'activitats del curs passat, es van aprovar el tancament de l'exercici econòmic del 2019 i el memòria d'actuació del 2020.

UN 2019 D'ÈXITS

Pel que fa a l'any 2019, Esteva va destacar els bons resultats econòmics de les instal·lacions esportives que gestiona l'entitat, així com de la corredoria Unifedesport i la universitat Euncet Business School. Un muscle financer que permet l'entitat reinvertir uns beneficis al servei de l'esport federat.

Dels projectes del 2019, el president de la UFEC va recordar les més de 150 mil signatures de suport que les federacions van aconseguir per a la ILP per una nova llei de l'esport. Un projecte que ha demostrat el lideratge de l'entitat i les federacions dins el món esportiu. Un lideratge que també s'ha reflectit, aquest 2019, en els projectes de l'Àrea d'Acció Social (amb la tercera edició d'INSERsport, la segona Welcome league) i els projectes europeus (BeActive Beach Games, Urban Sports, ASPIRE i SPEY). "Un any que ens hem posicionat a Europa com un stakeholder de prestigi", ha remarcat Esteva.

FUTUR PER SER MÉS LÍDERS

En relació al futur, la UFEC inicia un 2020 amb tres projectes que marcaran encara més la seva posició de lideratge en el sector. Amb la recent estrenada fusió d'Eurofitness i Uesports, la posició de les federacions en el marcat del fitness s'ha vist enfortida. Ara gestionaran 23 centres, amb 70 mil abonats, per minimitzar el fort impacte de la Covid19. A més, s'està desenvolupant una nova línia de negoci, Olimfit, un Marketplace de serveis online d'esport, health i learning enfocat al mercat hispà per disposar de més recursos i ser capdavanters en el sector. Una actitud innovadora que també es reflecteix en la multiplataforma 'Catalan Open eSports', un projecte de competició eGames per fer de les federacions "les pioneres en la competició digital a Catalunya que ens permetrà ser líders en aquest sector", ha reblat **Esteva**.

ENTRENAMENT TÈCNIC A TARRAGONA AMB M. CARRILLO, S. CUESTA I E. SEGURA

Entrenament tècnic a càrrec de Marc Carrillo, responsable de promocions i entrenador de Seleccions Catalanes, Santiago Cuesta, tècnic de seleccions catalanes i Eric Segura, director tècnic de la FCBS, que varen ajudar al CB Wolves de Tarragona en el seu nou inici i en el seu creixement en diferents categories com a club pioner a Tarragona.

En aquesta jornada van asistir més de 30 jugadors i jugadores, i així iniciar-se els entrenaments al camp de La Laboral de Tarragona.

NEIX A REUS EL CLUB DE BEISBOL I SOFTBOL REUS

El "creixent interès" per part de la gent jove de Reus en la pràctica de beisbol ha fet que el fundador de l'equip de Tarragona Wolves, Marc Sangüesa, hagi volgut impulsar aquest mateix projecte a la ciutat de Reus amb el nom de Club de Beisbol i Softbol Serps. No han començat l'activitat de manera oficial a la ciutat, ja que l'entitat és "en un procés de construcció i reclutament", segons explica l'impulsor a Reusdigital.cat.

A LA RECERCA D'UN ESPAI A LA CIUTAT

Per ara, els jugadors i jugadores del club s'entrenen a les instal·lacions de Tarragona, però la intenció és trobar un espai a la capital del Baix Camp. Es busca, sobretot, formar equips femenins i equips infantils, precisa Sangüesa. Durant l'últim any, l'entitat ha fet diverses activitats i xerrades en escoles de la ciutat i del Camp de Tarragona, com és el cas del Pi del Burgar o l'escola Sant Bernat Calbó.

Des del club, s'apunta, es vol continuar fent aquest tipus de propostes a més centres educatius perquè s'assenyala que "no només és necessari garantir la pràctica dels adults, sinó que també ho és formar i animar els més petits a jugar a beisbol, ja que tot i estar creixent segueix sent minoritari".

SCORER'S CORNER & UMPIRE'S CORNER, NOUS APARTATS A LA WEB

Scorer's Corner i Umpire's Corner seran dos nous apartats de la web de la Federació, desprès de la gran rebuda del Coach's Corner.

La FCBS, juntament amb els Comitès Catalans d'Àrbitres i d'Anotadors, arrenca un nou apartat online, obert per totes les persones que vulguin saber una mica mes sobre l'arbitratge i l'anotació.

Properament, podreu trobar informació sobre diferents jugades que poden crear confusió, guies per llegir fulles d'anotació, experiències dels nostres internacionals, entre altres coses.

LA FCBS COL·LABORA AMB LA RECERCA DEL "METABOLISMO Y CÉLULAS MADRE DEL CÁNCER"

La Federació Catalana de Beisbol i Softbol ha estat col·laboradora amb el projecte del PSancho Lab, sobre Metabolism & Cancer Stem Cells, per fer possible arribar als 6.000€ necessaris per arrencar l'investigació.

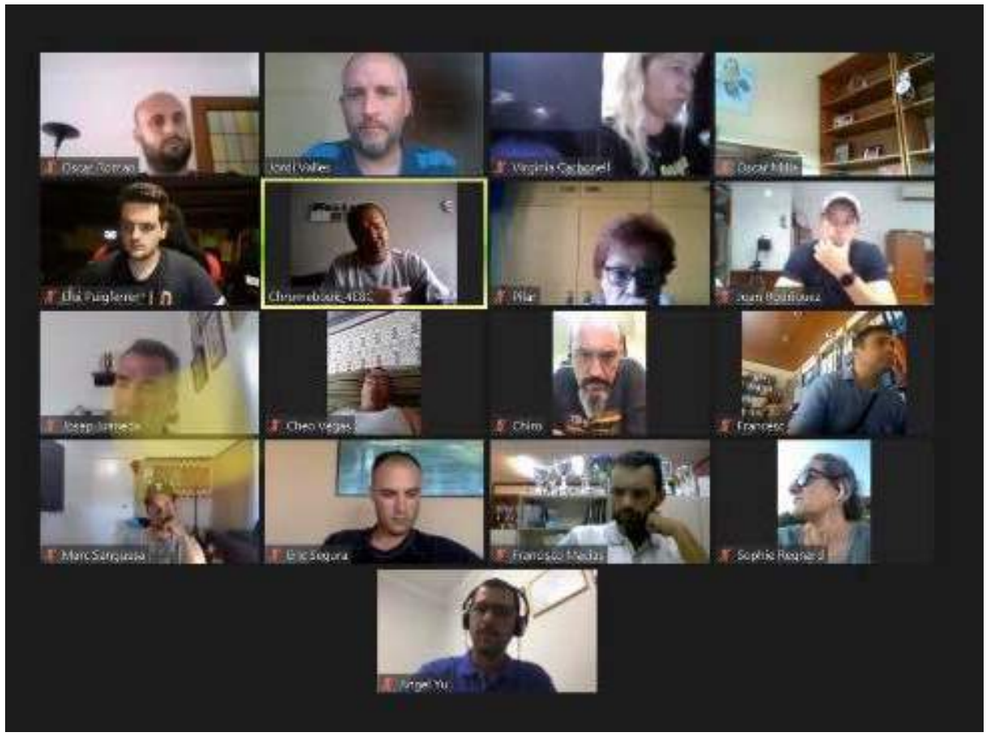
Animem a tot el beisbol oi softbol català a contribuir en aquest gran projecte, liderat per la jugadora catalana de Softbol, Bea Parejo, que ens exposa:

"El grup de recerca del que formo part des de 2017, primer com a tècnica de laboratori i ara com a investigadora predoctoral, es diu "Metabolismo y Células Madre del Cáncer", forma part de l'Instituto de Investigación Sanitaria Aragón" (IIS Aragón) de Saragossa i està liderat per la Dra. Patricia Sancho. La nostra recerca es fonamenta en estudiar les particularitats metabòliques de les subpoblacions més agressives del càncer de pàncreas, un dels càncers més mortífers i amb pitjor pronòstic que existeixen, ja que el 90% dels pacients mor abans de l'any després del diagnòstic i es considera que serà la segona causa de mort relacionada amb càncer a l'any 2030. En el laboratori tenim un projecte en marxa sobre com el greix potencia aquesta agressivitat, ja que hem vist que aquestes subpoblacions tant agressives, que precisament són les responsables de la formació de metàstasis, la resistència a la quimioteràpia i la reaparició del tumor després del tractament, acumulen al seu interior greix que poden utilitzar com a font d'energia quan hi hagi escassetat de nutrients en la zona tumoral o quan aquestes cèl·lules surten a la sang per colonitzar altres òrgans i formar les metàstasis. Volem provar 4 fàrmacs que bloquegin tant l'absorció del greix com la seva utilització per tal de generar "cèl·lules agressives obeses" amb l'últim objectiu de "matar-les de gana" i eliminar-les.

Aquest projecte és una part de la meva recerca de tesi doctoral però, malauradament, el meu contracte finalitza a finals de setembre. La situació de la Ciència a Espanya és molt trista perquè no hi ha quasi finançament, de forma que les possibilitats de continuïtat són gairebé nul·les i això es terrorífic per un grup de recerca jove emergent com es el cas del meu, ja que significa que el 25% del personal investigador marxa i aquest projecte es paralitza... És per això que ens hem vist en la necessitat de crear una campanya de micromecenatge a través de la plataforma pública Precipita *(https://www.precipita.es/proyectos/Por-que-la-grasa-hace-que-el-cancer-de-pancreas-sea-tan-agresivo)* de la "Federación Española para la Ciencia y la Tecnología" (FECYT). A través d'aquesta campanya esperem aconseguir l'objectiu econòmic òptim de 21.500€ que seran utilitzats per finançar el meu contracte durant un any per tal de poder acabar aquesta recerca amb èxit. Estem molt contentes i il·lusionades perquè dues setmanes després del llançament vam aconseguir l'objectiu mínim de 6000€ que ens permet cobrir 3 mesos de recerca, 3 mesos durant els quals podré realitzar el primer pas dels 4 en els que es divideix aquest projecte. Amb motiu de primer objectiu assolit, vam preparar un vídeo d'agraïment i a on explico el 4 passos del projecte que podeu veure a youtube, espero que us agradi! *https://www.youtube.com/watch?v=-51vRbme63hQ&t=70s*

Des del nostre grup de recerca us animem a compartir al màxim la nostra campanya i a que participeu, si podeu, econòmicament. Es pot donar des de 5€ que equivalen a 27 minuts de recerca, una recerca que és per a tots, una recerca de la qual es beneficiarà tothom en un futur pròxim. A més, gràcies a la FCBS i altres col·laboradors, realitzarem diferents sorteigs i rifes de material esportiu i altres sorpreses al llarg de la campanya que estarà en marxa fins a finals de setembre. Pots seguir-nos a les nostres xarxes socials per no perdre't res!"

LA FCBS AJUDARÀ AMB 16.500€ ALS CLUBS I FEDERATS



La Federació Catalana aprova un pla d'ajut a Clubs i Federats de 16.500€.

La Junta Directiva de la Federació Catalana de Beisbol i Softbol activa el paquet d'impuls econòmic més important de la historia, amb la rebaixa de preu de la Llicència esportiva de federat/da per aquest 2020, també es va aprovar el retorn del 50% de l'import de les inscripcions dels equips en les competicions catalanes que estan previstes començar el proper mes de setembre i per últim, es manté la partida de subvenció que la FCBS ve impulsant en els darrers anys en que es fa càrrec de l'import de la llicència única dels esportistes menors de 16 anys.

La Federació ho va aprovar dilluns 22 de juny en la reunió de clubs i es farà efectiu d'immediat per pal•liar la situació derivada de la crisi per la covid-19 a clubs, federats i federades.

Es va informar que l'Assemblea General Ordinaria es comunicarà en els propers dies, també la obertura d'inscripcions als Campus i finalment es va recordar a tots els clubs que la documentació creada per a la tornada a la nova normalitat està a la web de la Federació.

NOTICIES DE LES ACADEMIES

RAMÓN ROSSO AL ROSTER DE PHILADELPHIA PHILLIES PEL OPENING DAY

L'exjugador del CB Barcelona i de la Catalunya Baseball Academy ha estat convocat al roster del partit inaugural de l'organització de la MLB, Philadelphia Phillies. Un nou objectiu aconseguit pel jove jugador, que tindrà l'oportunitat de compartir equip amb estrelles mundials com son Bryce Harper, Didi Gregorius i Andrew Mc Cutchen entre altres.

MOLTES FELICITATS RAMÓN!

ESTEBAN MACHÍN AL PALFINGER REGGIO EMILIA

Esteban Machín, jugador Sub-18 del CB Barcelona, reforçarà l'equip italià de Palfinger Reggio Emilia a la sèrie B, en aquesta temporada 2020.

El jove jugador, va disputar la temporada 2019, als equips Sub-18 i Sènior 1ª Divisió del club barceloní, on va participar com a llançador i com outfield.

MARC CIVIT DEBUTA AL UNIPOLSAI FORTITUDO BOLOGNA

El jove llançador català, Marc Civit, que pertany a l'organització de Toronto Blue Jays, ha signat per l'equip italià UnipolSai Fortitudo Bologna, per aquesta temporada 2020.

Marc Civit arriba d'una gran temporada amb l'equip de Toronto, que li anava a permetre donar el salt de divisió i així viatjar als EEUU per disputar aquesta temporada, però la crisis causada per la COVID 19, ha obligat a suspendre totes les competicions de les Minor Leagues Baseball, i així tenir la disponibilitat de poder participar en el beisbol europeu.

El tot poderós equip italià de Bolonya, actual guanyador de la lliga italiana comptarà amb la presència del jove català Civit, qui començarà la seva ventura amb el segon equip del club, el Longbridge 2000, i així preparar-se per disputar la lliga de més nivell del nostre continent.

Marc ens comenta: "Estic molt content de començar aquesta experiència amb el Fortitudo i a una lliga com aquesta, amb un equip amb jugadors joves y altres amb molta experiència a lligues professionals i a la lliga italiana."

OMAR I FRANK HERNÁNDEZ JUGARAN AL PATERNO RED SOX

Els germans Hernández, que pertanyen a les organitzacions de Kansas City Royals i Chicago Cubs, respectivament, han signat per l'equip italià Paterno Red Sox, de la sèrie A2, per disputar aquesta temporada 2020.

Omar i Frank es retrobaran en el mateix lineup després d'haver disputat l'últim partit junts, en la final del Ct. d'Europa Sub18 del 2018.

YAN CARLOS CEPERO AL CAGLIARI BC

Yan Carlos Cepero, jugador del CB Viladecans, fitxatje de l'equip italià de Cagliari a la sèrie A2, per aquesta temporada 2020.

El jove jugador català, ha disputat el Campionat d'Europa Sub-18 al 2018 i el Mundial Sub-18 de Korea al 2019, també ha disputat variis partits a l'equip de Divisió d'Honor del seu club, i aquesta será una oportunitat per donar-se a conèixer en el beisbol profesional europeu.

NOTÍCIES DE PROMOCIÓ

CAPSULES DE BEISBOL DEL CEBLLOB

El Consell Esportiu del Baix Llobregat ha efectuat una Càpsula gratuïta de Beisbol, amb el nom de 'Home Run', dirigida als centres escolars de primària i secundària. On un total de 10 escoles han estat formades i així de ben segur, practicar els nostres esports en el proper curs escolar.

NOVES EXTRAESCOLARS CONFIRMADES PEL PROPER CURS ESCOLAR

Des del Consell Esportiu del Baix Llobregat, conjuntament amb la FCBS, tot treball conjunt liderat pel responsable de promocions del FCBS, Marc Carrillo. S'ha pogut confirmar ja els 3 equips extraescolars d'Amat i Targa (Viladecans), Jacme March (Gavà) i Rubió i Ors (Sant Boi), que arrencaran de nou en el proper curs escolar.

Per altra banda, tenim la gran noticia de dos noves escoles, que s'iniciaran en l'extraescolar de beisbol, les escoles Mediterrània i Martí i Pol, de Viladecans, seren les noves benvingudes.

LLIGA ESCOLAR DE BEISBOL A VILADECANS

De la mà del Consell Esportiu del Baix Llobregat i la FCBS, en el proper curs escolar 2020-2021, s'iniciarà una lliga escolar oferida per totes les escoles de la ciutat de Viladecans.

Viladecans, bressol del beisbol i softbol, tindrà la primera lliga escolar dels nostres esports a la comarca del Baix Llobregat.

REUNIÓ AMB L'ESCOLA GRESOL PER SEGUIR ENDAVANT EN EL PROPER CURS ESCOLAR

Va tenir lloc una reunió informativa de l'escola Gresol de Terrassa, amb els tots pares i mares dels jugadors i jugadores de beisbol de l'escola, que aquesta temporada anaven a participar per primer cop com a federats.

Des de la direcció de l'Escola, s'ha proposat obrir els horaris d'entrenament fora d'horaris escolar i així obrir l'equip a jugadors/es de fora l'escola.

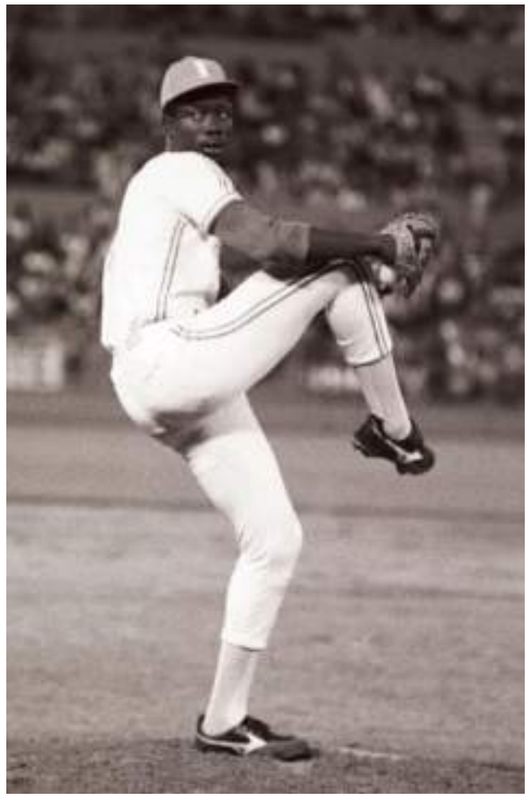
Per altra banda, l'escola serà el motor, juntament amb la FCBS, de futures activitats amb Consell del Vallès Occidental.

BEISBOL PEL CASAL D'ESTIU DE CIUTAT VELLA

El divendres 10 de Juliol , es va celebrar una activitat de beisbol pel Casal d'Estiu de Ciutat Vella, format per nois i noies de Serveis Socials, que van poder gaudir de les seves primeres passes dins del món del beisbol, i conèixer de la mà del responsable de promocions, Marc Carrillo, les diferents normes i tècniques del nostre esport.

FORMACIÓ A L']INSTITUT EL CALAMOT AMB PABLO M. ABREU, EXJUGADOR CUBÀ

Xerrada formativa telemàtica de Pablo Miguel Abreu, exjugador professional cubà, per tots els escolars que han participat a diverses activitats de beisbol i softbol en aquest curs. L'organització ha estat a càrrec de l'Institut El Calamot, amb la col·laboració del Consell Esportiu del Baix Llobregat i la Federació Catalana de Beisbol Softbol.



BEISBOL I SOFTBOL A L'ESPORT VIRTUAL CAMP

Col·laboració de la Federació Catalana de Beisbol i Softbol a l'Esport Virtual Camp de la mà de la Unió de Federacions Esportives de Catalunya i finançat per la Secretaria General de l'Esport.

A través de la seva web https://www.esportvirtualcamp.cat/ tots els nens i nenes poden registrar-se gratuïtament i així accedir al contingut Audiovisual del Campus.

Cada dia rebran a través del web diverses propostes On-Line sobre diferents Esports i altres temàtiques de Manualitats, Dibuix, Teatre, Jocs, Màgia, Circ, Videojocs, Dansa, Música, Cuina, Ioga i Respiració.

Entre altres esports estarà el beisbol i el softbol, que el podran practicar tots i totes els joves de Catalunya. I aix´serà de ben segur una gran ajuda per la nostra promoció del nostre esport.

I ademés cada dia a les 11:30h una ENTREVISTA EN DIRECTE amb Esportistes, Youtubers i Músics de renom. Des de casa i amb materials senzills els nens poden gaudir fent les activitats i viure un estiu ben variat.

Recomanat a partir de 6 anys amb propostes diferents segons l'edat!

ESPEREM QUE EL GAUDIU DE L'ESPORT I DE TOTA LA RESTA D'ACTIVITATS.

FORMACIÓ ESPORTIVA DE BEISBOL AL CIATE DE TARRAGONA

Nova formació de beisbol, softbol i beisbol 5 als alumnes del CIATE Tarragona.

Com ja va succeïnt els últims anys, la FCBS amb col·laboració dels Wolves de Tarragona, han impartit una nova formació a tots els alumnes d'aquest curs, per així fer d'això una eïna de que el nostre esport arribi a totes les escoles del Tarragonès.

Catalunya Baseball Academy

Catalunya Softball Academy

Alexia Fuset
Pitcher/Infield

Alejandra Garcia
Pitcher/Infield

Alba Luque
Infield

Emma Del Pino
Pitcher/OutField

Emma Del Pino
Pitcher/OutField

Eva Garcia
Pitcher/OutField

Erin Gimeno
OutField

Judith Rodrigo
Outfield

Júlia Sebastián
Pitcher/Infield

Lucia Parron
Infield/Pitcher

Maria Valls
Catcher/Infield

Nuria Bordanoba
Infield

Sonia Benedicto
Infield

Samara Pinilla
Infield

Valentina Ramos
Pitcher/OutField

Yaritza Luna
Pitcher/Infield

Unió de Federacions
Esportives de Catalunya

L'ESPORT NO ES QUEDA A LA BANQUETA

Donar suport a la recerca per trobar una vacuna contra el coronavirus accelerarà el procés d'investigació. La UFEC s'uneix al moviment **#JoEmCorono** per ajudar a frenar aquesta pandèmia i anima el sector esportiu a col·laborar-hi

Els donatius es poden fer al web de la campanya **yomecorono.com**

ufec.cat

HISTÒRIA

TOCANT LES ESTRELLES

PER A QUALSEVOL JUGADOR O JUGADORA, ARRIBAR A SER O SENTIR-SE COM UN PROFESSIONAL DE L'ESPORT ÉS TOT UN SOMNI. I, PER MOLT QUE NOMÉS ALGUNS ARRIBEN A APOSENTAR-SE EN LA PART MÉS ALTA DE LA PIRÀMIDE, RES IMPEDEIX QUE MOLTS D'ALTRES ARRIBIN A TOCAR EL CEL COM HO VAN FER LES SELECCIONS CATALANES DE SENIOR LEAGUE I LITTLE LEAGUE EL 2016 I 2018.

ELOI PUIGFERRER GRAU

El camí dins del món de l'esport és, sens dubte, llarg i ple d'obstacles. Repetides vegades s'ha comparat aquest camí amb l'ascens a una muntanya, sent la cima un moment en la vida de tot esportista en el qual es pot dedicar plenament a la seva passió i fer-ne un modus vivendi més enllà de ser una afició. Aquest camí tan llarg i complicat fa que molts no arribin mai a coronar el cim, deixant enrere carreres plenes de somnis i ambició, només deixant lloc a aquells escollits que, bé sigui per dedicació o per habilitats, aconsegueixen entrar professionalment en aquest món. Però malgrat no arribar al cim per quedar-s'hi, alguns esportistes s'han trobat, de cop i volta, enmig d'experiències que disten poc del que viuen els millors jugadors de qualsevol esport del món. I precisament, durant dues setmanes, els beisbolistes catalans van tocar el cim coronant-se com a estrelles.

Malgrat ser experiències no molt llunyanes en el temps, encara marcades en la ment de pràcticament tothom que va viure i seguir el camí dels joves jugadors de la Senior League el 2016 i el dels encara més joves jugadors de la Little League el 2018, és una vivència que, vista en primera persona, acosta un somni a molts. I per això, no hi ha ningú millor per explicar què significa complir un somni que qui els va complir tots d'una batejada.

MARCANT EL CAMÍ A SEGUIR

"Va ser la primera vegada i vam fer història". D'aquesta manera defineix una experiència com aquesta Marc Carrillo, aleshores seleccionador de l'equip de la Senior League que va portar al pit el nom de Catalunya fins als Estats Units. "No teníem res a perdre, i el fet de no haver estat mai als Estats Units ens va permetre jugar amb més tranquil•litat i amb una ambició que ens va portar a fer història", afegeix. I és que el camí d'aquella primera selecció, l'encarregada d'obrir una llauna que anys més tard marcaria el camí d'altres jugadors, no va ser precisament curt, ni molt menys fàcil d'emprendre. "Tots ens coneixíem i havíem coincidit en partits a Catalunya, però no teníem una relació directa. A l'estar tots concentrats ens vam fer tots amics. Va ser una feina impecable del Marc Carrillo, el Pepe Romero i en Marc Juaneda, que van aconseguir unir molt a l'equip". Així narra les sensacions dins de l'equip Guillem Maled, un dels jugadors que fa quatre anys es va plantar a les World Series per fer història.

El primer gran repte d'aquell combinat el va viure a Gandia, seu del que aleshores va ser el campionat regional que oferia una plaça al torneig europeu. "Va ser el mes de maig, al classificatori nacional, quan ens vam adonar de l'equip amb el qual estàvem tractant, ja que vam guanyar tots els partits còmodament. Era un combinat molt fort físicament, que defensivament no fallava, amb uns llançadors sòlids i molt consistents al bat", tal com explica Carrillo. I com ja havia marcat la tònica durant els darrers anys, Catalunya va plantar-se a la ciutat italiana de Novara amb la motxilla plena de somnis i amb un objectiu clar al davant: arribar als Estats Units. "Jugàvem sense pressió. Sabíem que podíem fer molt, però no pensàvem en què passaria si perdíem. Vam jugar el més relaxat que es pot jugar en un torneig europeu, i crec que millor no podia haver anat", narra Maled en referència al campionat europeu de la Senior League del 2016.

Tot i la bona inèrcia que portava l'equip aleshores, sense cap derrota a l'esquena en el torneig regional, tots tenien clar que aquest ja era un altre món. "Vam veure'ns les cares amb grans seleccions com la República Txeca, que vam poder batre en les semifinals en un partit molt ajustat, i amb la preferida i amfitriona, Itàlia, que havia guanyat tots els tornejos anteriors", explica Carrillo. Però, tot i tenir al davant les millors seleccions del continent, els nois de Carrillo, Romero i Juaneda no van fallar i es van plantar a Maine en un tres i no res. "Des de petit havia somiat jugar als Estats Units, i aleshores vaig poder complir una de les meves metes personals", afirma Omar Hernández, també jugador d'aquella selecció i que actualment milita als Kansas City Royals. "Va ser un somni fet realitat gràcies al treball d'aquests jugadors", afirma Carrillo. "Va ser una experiència única i que mai es podrà repetir així. Havíem treballat molt fort per ser allà, però el simple fet de ser-hi ja era un premi per nosaltres", afegeix Maled.

I malgrat que el pas pels Estats Units va ser gairebé efímer, en les escasses setmanes que van estar sota els paraigües d'una organització com la Little League, tots ells van tocar el cel amb les dues mans. "Vam gaudir com els nens que érem, i l'esforç va donar els seus resultats", explica Maled. I és que, durant aquell temps, malgrat ser encara joves jugadors i promeses del beisbol català, van viure una experiència que molts jugadors mai arribaran a tastar. "Ens van tractar com a professionals, i cap de l'equip ho oblidarem mai. Vam deixar el segell de Catalunya als Estats Units", afirma el seleccionador. I amb una victòria contra la selecció de Texas sota el braç, tots ells van agafar un vol de tornada amb la certesa que acabaven de viure una experiència que pocs podrien repetir. Fins que Catalunya ho va tornar a fer.

A LA TERCERA VA A LA VENÇUDA

Mateixa competició, diferent categoria, però mateix resultat. Un equip fort, valent i ambiciós demostra al campionat regional que aquest any sí, que després de tantes finals perdudes a les acaballes, a la tercera va a la vençuda. Era l'any 2018, i la selecció catalana Little League es preparava per escriure un nou capítol en la història del beisbol català. "És una cosa que sempre portarem dins i que no oblidarem mai. Un record inoblidable fruit de cinc anys de treball i dedicació". Així narra la vivència que va assolir el combinat català el seu seleccionador, Òscar Roman, qui, conjuntament amb tot l'staff tècnic, va portar la selecció pel mateix camí que Carrillo anys enrere, aquest cop amb escala a Astúries i Kutno en comptes de Gandia i Novara. Però amb un destí comú, els Estats Units. "Tot el recorregut d'ençà que t'agafen a la selecció, guanyar el torneig autonòmic a Astúries i després a Polònia. Va ser un camí llarg, però en aquell campionat ho vam donar tot, vam competir com un equip". Juan Salazar era un dels jugadors que va portar la selecció a competir a les World Series, una experiència que ell mateix qualifica d'"inoblidable".

Seguint la pauta marcada per la Senior League dos anys enrere, Catalunya va dominar al campionat regional, deixant patent que ambició i ganes no els faltava per encarar un repte a Polònia que se'ls havia resistit en fins a tres ocasions. "Durant aquests cinc anys vam arribar a tres finals. El primer any que competíem ja vam perdre'n una, malgrat tenir un gran equip amb el qual podíem haver fet un bon paper als Estats Units. Però aleshores els nervis ens van jugar una mala passada", explica el seleccionador del combinat de la Little League, "un parell d'anys més tard ens vam trobar a l'equip africà, molt potent, i ens van guanyar una nova final. Va ser un camí llarg, però era el nostre somni. Ho vam lluitar, ho vam fer tot per aconseguir-ho", segueix. I és que a la tercera va a la vençuda, i quan l'any 2018 es van trobar al combinat holandès a la final, no van tenir pietat, i van fer-se amb el bitllet per anar a Williamsport etzibant-los un contundent 19 a 0 en una final continental.

I tot seguint el camí marcat pels seus companys dos anys enrere, la selecció catalana Little League es va plantar, amb el nom d'Europa i Catalunya al pit, en la major i més reconeguda competició mundial d'aquesta categoria per viure, durant dues setmanes, l'experiència més propera al beisbol professional que es pot tastar. "Tothom et tractava massa bé, des de la gent als voluntaris, els equips i el públic. Ens tractaven com si fóssim professionals i tothom et demana que firmessis autògrafs en uns quants llocs", explica Jan Massana, un dels jugadors d'aquella selecció. "Els nens van gaudir com mai i vam poder veure com

viuen els professionals. Van rebre centenars d'euros en material, els van tractar com professionals, els demanaven autògrafs, fotografies... van ser dues setmanes del millor beisbol i experiències beisbolístiques que viurem mai a la vida", afegeix Roman. I és que, a resumits comptes, durant aquest temps no van viure com professionals, ja que, a ulls de tota una nació com els Estats Units, eren jugadors professionals.

"El millor va ser jugar davant de tanta gent i que ens tractessin sempre com uns professionals. És una cosa que mai oblidaré", explica Salazar.

"Em va agradar molt l'oportunitat de poder parlar amb alguns jugadors professionals, com també l'experiència que guanyes i la gent que coneixes en una experiència així", afegeix Massana. I és que, per a joves jugadors que tot just exploten per primera vegada tot el potencial que els portarà a una llarga carrera esportiva, una experiència així marca a qualsevol. "Les World Series són el màxim i més important campionat del món de nens, i vam anar allà amb expectatives reals. Va ser una gran experiència i seran dues setmanes que mai oblidarà ningú", conclou Roman.

Sigui com sigui, Catalunya va viure la que, probablement, durant anys serà la major fita de l'esport base en el beisbol català, fins que algú aconsegueixi repetir-ho o, fins i tot, superar-ho. Dues fornades de jugadors que van aconseguir-ho tot, però que, més enllà dels èxits puntuals, demostren que a Catalunya s'estan fent bé les coses per assolir, i fins i tot rebatre, l'elit internacional en el món de beisbol. Durant unes poques setmanes, dues seleccions van alçar-se per damunt de les altres i es van fer un lloc en la memòria de tots. Dues setmanes que, de ben segur, seran recordades per a tots ells durant tota una vida.

CLUBS DE LA FCBS

SERVEIS A CLUBS I FEDERATS

TÚNEL DE BATEIG INFLABLE

MATERIAL PER PROMOCIÓ ESCOLAR

SERVEI JURÍDIC – TRIBUNAL D'ARBITRATGE ESPORTIU DE CATALUNYA

SERVEI D'IMATGE – SEEKSTARS

HOTEL FRONT AIR CONGRESS – OFERTA ANUAL

QUADIS – LLOGUER DE COTXES I FURGONETES AMB DESCOMPTE DEL 10%

OFICINA D'ATENCIÓ A CLUBS I DELEGACIONS TERRITORIALS – UFEC

CREACIÓ DE CLUBS CONSELL CATALÀ DE L'ESPORT

CLÍNICA DENTAL GALINDO – DESCOMPTES PER TRACTAMENTS

JOHAN CRUYFF INSTITUTE DESCOMPTES DEL 20% I 30% EN DIFERENTS MASTERS UNIVERSITARIS

Mireia Belmonte
Medallista olímpica
de natació

Si no veus esport femení

Laia Sanz
Multicampiona del món
de motociclisme

t'estàs perdent la meitat de l'espectacle

#ThoEstasPerdent

Generalitat de Catalunya

Consell de l'Audiovisual de Catalunya

Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals, SA
3 CATALUNYA RÀDIO