

INFORESULTATS DEL C.A.CANOVELLES (núm 7)

TEST DE VO2 MÀX. Polígon Arderiu, 30-9-2025

El grup de fons i migfons acostuma a realitzar un test de VO2màx a l'inici de la temporada. A partir del resultat es poden tenir referències de ritmes de treball per treballar diferents objectius. Aquí teniu els resultats, també del grup de les 6 del matí, que comparteix entrenador.

		T'2,4 Km	T2024	VO2Màx aprox
1	MARC	7'30	7'22	64
2	IKER	7,47		62
3	ALEX MORANTE	7,53		61
4	MAXI	7,59	8'01	60
5	CARLA	8,19	8'26	56
6	QASMY	8'20	8'14	56
7	DAVID REYES	8'20	8'14	56
8	ALFONSO	8,24		57
9	ORIOI	8,24	8'27	57
10	JOSEP	8,25		57
11	ADOLFO	8,44	9'25	55
12	VÍCTOR	8,46		55
13	JUAN CONTRERAS	8,56		54
14	ANDRES CAMPOY	9,01		53
15	CARLOS	9,05		53
16	LAIA MADERA	9,22		51
17	ROGER	9,23		51
18	PAULA	9,25	10'46	51
19	ENRIQUE	9,29		50
20	JUAN RAMON	9,56		48
21	JOAN DIAZ	10,24		46
22	CAROL	10'30		46
23	MARTA MORA	10,38	10'11	45
24	MARIA ROCABERT	11'00	11'53	43
25	ANDREU GORDILLO	11,08		43
26	TONI TORRES	11,18	11'53	42
27	RAUL	12,14	10'47	39

Resultats del test (grup 6 AM, 24-9)

Miguel Esteruelas: 9'21 (51,4 VO2màx)
Alba Fumanal: 10'38 (45,1)
Marta Mora: 10'38 (45'1)
Pili Ramírez: 11'30 (41,8)
Anna Padrós: 12'01 (40)
Juana Mari Alonso: 13'00 (37)



Club Atletisme Canovelles



GEO Límits
MESURA DE LA PROPIETAT - SERVEIS TOPOGRÀFICS I GEOMÀTICA



Passió per l'atletisme

4t CROS ENGOLASTERS. Andorra, 4-10-2025

Participem al cros Engolasters, per quart any consecutiu, enguany amb una vintena d'atletes del club i també amb atletes de la Penya Apa anem-hi i del Trail Cassà, formant part de l'expedició. Carla Yanguas i Leyre Vázquez van guanyar les seves respectives curses, Ivana Rubio fou 2a i Paula Hernández i Edurne González van finalitzar en 3a posició. El relleu S16 format per Laia Madera, Queralt Rutllant, Pedro Castellano i Ignasi Boixareu fou 2n.

Absolut masculí (2500 m)

- 1 PAU PORTET (CA Granollers): 9'04
- 2 KARIM FARTAZ (Barça): 9'13 (1r S20)
- 3 ISARN TRILLA (CA Granollers): 9'21 (2n S20)
- 4 JORDI VICENTE (CA Granollers): 9'37(3r S20)
- 5 MARCOS SANZA (CAVA): 9'38
- 11 ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 9'55 (5è S20)
- 16 ALEX MORANTE (Ontinyent): 10'10
- 17 JOEL PICÓ (Penya Apa anem-hi): 10'15
- 20 DAVID REYES (CA Canovelles): 10'58
- 21 ORIOL BOIXAREU (CA Canovelles): 11'11
- 23 MOHAMED EL QASMY (CA Canovelles): 11'30
- 26 JUAN CONTRERAS (CA Canovelles): 12'07
- 29 ANTONI FERNÁNDEZ (CA Canovelles): 13'18
- 30 JAUME CIURANS (CA Canovelles): 14'18
- 33 TONI TORRES (CA Canovelles): 15'36

Absolut femení (2500 m)

- 1 JEANNE CROS (CAVA): 10'55
- 2 CARLA YAGUAS (CA Canovelles): 11'12 (1a S20)
- 3 IVANA RUBIO (CA Canovelles): 11'31
- 4 PAULA HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 12'32
- 5 LAURA MOR (CA Canovelles): 14'30

Cursa S18 masculina

- 1 GUILLEM CUARTERO (Barça): 6'53
- 2 ADRIÀ CASO (Manresa): 7'04
- 3 ELOY NOGUERA (Barça): 7'12
- 4 RUBEN TORRENTE (CA Mollet): 7'18
- 7 JAN LOPEZ (CA Mollet): 7'55
- 9 JOSEP BOIXAREU (CA Canovelles): 8'02

Cursa S18 femenina

- 1 QUERALT SERRAS (CA Granollers): 9'32
- 2 ELISABETH ANCHUELA (CA Mollet): 9'56
- 3 CLARA BURON (CA Mollet): 10'04
- 5 NADIA RESINA (CA Canovelles): 11'34
- 6 NOELIA MARTÍNEZ (CA Canovelles): 11'34

Cursa S16 masculina

- 1 GONZALO TURMO (Barça): 5'39
- 2 GERARD COSTA (Trail Cassà): 5'43
- 3 AMAT ESPINAR (CA Mollet): 5'57
- 4 GUILLEM MUÑOZ (CA Mollet): 6'01
- 5 VÍCTOR GUILLÉN (CA Mollet): 6'01
- 6 IGNASI BOIXAREU (CA Canovelles): 6'02
- 10 PEDRO CASTELLANO (CA Canovelles): 6'21
- 15 ROGER MITJANS (CA Canovelles): 6'45



Cursa "gran"



Ivana, Paula i Carla als respectius podis



Laura, Jaume i Raül

Club Atletisme Canovelles



GEO Límits
MESURA DE LA PROPIETAT - SERVEIS TOPOGRÀFICS I GEOMÀTICA



Passió per l'atletisme

Cursa S16 femenina

- 1 QUERALT RUTLLANT (Trail Cassà): 6'15
- 2 BETH MARTÍNEZ (CA Mollet): 6'31
- 3 MARIA GARCÍA (CA Mollet): 6'45
- 4 RITA VIMANOS (CAVA): 6'58
- 5 LAIA MADERA (CA Canovelles): 7'00
- 7 QUERALT LLADÓ (CA Canovelles): 7'29
- 8 MELISSA RESINA (CA Canovelles): 7'30
- 15 AINA SUÑÉ (Penya Apa anem-hi): 8'13

Cursa S14 femenina

- 1 BIANCA GUIRADO (CA Mollet): 4'20
- 2 JANA MARTÍNEZ (CA Granollers): 4'23
- 3 EDURNE GONZÁLEZ (CA Canovelles): 4'37
- 4 FIONA BARCELO (CAVA): 4'23

Cursa S14 masculina

- 1 VICTOR NOGUERA (Barça): 3'53
 - 2 ALGUER LARA (CA Granollers): 4'01
 - 3 MARC BARRIS (CAVA): 4'09
 - 5 RYAD ESSOLUH (Penya): 4'29
 - 8 GUILLEM PAGÈS (CA Canovelles): 4'36
- 13è a la S12

Cursa S10 fem

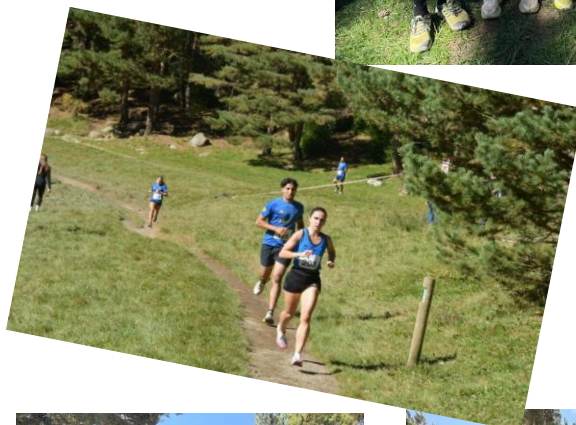
- 1 LEYRE VÁZQUEZ (CA Canovelles): 2'22
- 2 CINTA FARRIOL (CAVA): 2'26
- 3 SIA MUÑOZ (CAVA): 2'36

S10 masculina

- 1 NIL VILLANUEVA (CAVA): 2'12
- 2 GABRIEL BUFFA (CAVA): 2'13
- 3 LEO ARÉVALO (CA Mollet): 2'14
- 6 ALEX BARULLS (Penya): 2'22
- 13 LUCAS MASIH (CA Canovelles): 2'35

Relleu S14-S16

- 1 CA Valls d'Andorra
- 2 CA CANOVELLES (Laia, Queralt, Pedro i Ignasi)
- 3 CA MOLLET
- 4 CA MOLLET



Queralt, guanyadora cadet El relleu, 2n classificat

CURSA DE PARETS. Parets del Vallès, 5-10-2025

Bon entrenament de Carlos Hernández, de cara a futurs 10 K. El seu temps, 43'27, en un recorregut amb cert desnivell

Cursa 10 Km

- 1 DAVID CAMPO: 33'54
- 2 ERIK WANG-BROWN: 35'13
- 3 MARTÍ ULLAR (CA Parets): 35'55
- 5 ORIOL CIURANS: 37'07
- 7 CESC ULLAR (CA Parets): 37'51
- 20 INÉS MOTA (Barça): 40'50 (1a dona)
- 32 CARLOS HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 43'27
- 38 CARMEN MARZO (CA Parets): 44'31 (2a dona)
- 44 ESTHER MONTOSA (CA Parets): 45'25 (3a dona)

Club Atletisme Canovelles



GEOlimits

MESURA DE LA PROPIETAT - SERVEIS TOPOGRÀFICS I GEOMÀTICA



Passió per l'atletisme

KOM TRAIL EL CORREDOR. Llinars del Vallès, 5-10-2025

Marta Mora guanya la general de la Kom de 12 Km, en una cursa on l'Anna Blancafort fou 10a classificada.

Kom 12 Km

- 1 ORIOL FORNS: 55'12
 - 2 ORIOL MIRÓ: 57'46
 - 3 BORJA BLEY: 59'41
 - 13 MARTA MORA (CA Canovelles): 1'09'32 (1a dona)
 - 15 AINA CAMATS: 1'10'37 (2a dona)
 - 25 MARINA PONS: 1'17'10
 - 47 ANNA BLANCAFORT (CA Canovelles): 1'25'39 (10a)
- 71 arribats



Sortida distesa de la cursa



Marta Mora al calaix més alt del podi

MITJA MARATÓ DE PUIGCERDÀ. Puigcerdà, 5-10-2025

Gran nivell a la Mitja Marató de la capital ceretana.

Classificació femenina

115 arribades

- 1 CRISTINA SILVA: 1'19'53
- 2 ANA PEIRATS: 1'21'49
- 3 MARIONA AVILA: 1'22'39
- 4 LAIA CASAJOANA (Hospitalet): 1'24'37
- 8 ELI MARTÍN (CAG): 1'30'52

Classificació masculina

248 arribats

- 1 POL ESPINOSA: 1'09'57
- 2 BILAL ZIADI: 1'10'09
- 3 PIERRE DEFONTAINE: 1'10'17
- 8 XAVI TOMASA: 1'14'19
- 10 PAU CAPDEVILA: 1'15'43

100% HALF PLATJA D'ARO. Platja d'aro, 5-10-2025

David Reyes no va tenir prou amb el cros d'Andorra i va cascar-se una triatló diumenge a Platja d'Aro. Sens dubte, es troba en un gran estat de forma

Distància olímpica

- 1 SERGI VERA: 1'50'33
 - 2 GERARD ROMAGÓS: 1'51'32
 - 3 ADRIAN ASENSIO: 1'53'35
 - 9 NIL CONGOST: 1'58'26
 - 35 DAVID REYES (CA Canovelles): 2'08'33
- 19'37 natació
1'25'47 bici
21'17 cursa

Club Atletisme Canovelles



GEO Limits
MESURA DE LA PROPIETAT - SERVEIS TOPOGRÀFICS I GEOMÀTICA



Passió per l'atletisme

ULTRAPIRINEU. Bagà, 5-10-2025

Pau Moreno completa amb èxit la mitja maratón de la Ultrapirineu, amb un bon temps de 2 hores i 20 minuts. Sobretot tenint en compte els 1246 metres de desnivell positiu.

Classificació Mitja

- 1 KILLIAN ALLAIRE (Craft): 1'28'10
- 2 ADRIAN IVARS (Scarpa): 1'31'22
- 3 JAN MARGARIT (Salomon): 1'31'25
- 4 MARIO GRANERO: 1'31'44
- 5 EDU HERNÁNDEZ: 1'33'10
- 8 PERE MENÉNDEZ: 1'34'19
- 10 ADRIAN VOS: 1'39'31
- 149 **PAU MORENO (CA Canovelles): 2'20'43**



IRONMAN CALELLA. Calella, 5-10-2025

Xavi García celebra el cumple del seu fill Marcel, atleta del club, entrant entre els 100 primers a l'Ironman de Calella amb un autèntic marcote. Felicitats per partida doble, per ser de nou "un home de ferro" i pel cumple del Marcel.

Classificació

2429 arribats

- 1 FRASER MINNICAR (GBR): 7'50'54
48'14 natació
4'12'24 bici
2'46'07 cursa
- 2 TIJMEN VAN DER BURGT (NED): 8'10'44
- 3 MAXIMILIAN WEBER (GER): 8'15'53
- 6 PERE BIFET (ESP): 8'22'40
- 97 XAVIER GARCÍA (ESP): 9'10'51
1'03'09 natació
4'48'16 bici
3'12'11 cursa



Esa sensación de correr para dedicar la carrera a un hijo el día de su cumpleaños, sólo la saben es@s padres o madres que han preparado la carrera y que ESE DÍA, EL DÍA "D", tienen una marcha más y nada los puede parar. FELICITATS Marcel i Xavi!

Club Atletisme Canovelles



GEO Límits
MESURA DE LA PROPIEDAD - SERVEIS TOPOGRÀFICS I GEOMÀTICA



Passió per l'atletisme