

INFORESULTATS DEL C.A.CANOVELLES (núm 19)

46a SANT SILVESTRE DE MASNOU. El Masnou, 26-12-2025

3 participants que no s'acostumen a perdre aquesta cursa: la Laia, el Marçal i el Joan.

Classificació femenina (5 Km)

- 1 ARGENTINA ORIA: 16'35
- 2 LAURA HEREDIA: 17'02
- 3 MERCÈ SÁNCHEZ: 17'21
- 8 NIDIA BORGET (CA Granollers): 18'43
- 12 ANA BELEN GARCÍA: 19'23
- 21 **LAIA MADERA (CA Canovelles): 20'47**

Classificació masculina (5 Km)

- 1 DMITRIJS SERJOGINS: 14'37
- 2 MARC GUARDIA: 14'53
- 3 ÍKER PRADOS (CA Granollers): 14'54
- 4 DAVID CAMPO: 14'58
- 6 CARLES MONTLLOR: 15'06
- 12 MARCEL SAMSÓ (CA Granollers): 15'36
- 17 ALBERT PARREÑO: 15'46
- 31 **MARÇAL ROIG (CA Canovelles): 16'13 (R.club)**
- 106 **JOAN ALARCÓN (CA Canovelles): 17'39**



15 Km per parelles. Canovelles 26-12-2025

Un entrenament diferent, per parelles i en forma de relleus, amb ambientació "Vintage", amb roba i complements de fa un parell de dècades. Un gran entreno de sèries de 1000, per a futures competicions...

Classificació 15 km

- 1 MARTÍ RUIZ-MARTA MITJANS: 47'15
- 2 JOSEP BOIXAREU-IGNASI BOIXAREU: 55'01
- 3 NÚRIA ESCUDERO-JÚLIA DE LA PIEDRA: 55'59
- 4 ROGER MITJANS-MOHAMED EL QASMY: 57'40
- 5 ÍKER GONZÁLEZ- PAULA HERNÁNDEZ: 58'16
- 6 ORIOL BOIXAREU-LAURA MOR: 1'01'51
- 7 JUAN CONTRERAS-MAXI VIALE: 1'01'58
- 8 ADOLFO GONZÁLEZ-TONI TORRES: 1'04'09

12 Km

CRISTINA LAHOZ-CAROL FERREL: 54'24
MARTA MORA-ANNA BLANCAFORT: 54'24



Parelles dintre i fora de la pista



Les 10 parelles participants a l'entrenament



Temps del Martí: 3'01-3'03-3'05-3'02-3'04-3'03-3'04-3'03
 Temps de la Marta: 3'14-3'13-3'12-3'16-3'14-3'14-3'14
 Temps de la Núria: 3'43-3'41-3'37-3'34-3'29-3'29-3'30-3'28



Categoria famílies...
Tot va quedar a la mateixa casa!



Podi de categoria femenina

NASSOS. Barcelona, 31-12-2025

Nassos mai defrauda. Cau el rècord absolut dels 5K i dels 10K, a càrrec de Pol Alaminos (14'29) i d'Albert García (30'37).

Classificacions 10K

- 1 ABDESSAMAD OUKHELFEN: 27'59
- 2 ISMAIL ATRIKI: 29'14
- 3 ANNASSE MAHBOUB: 29'14
- 15 PAU VALDEPEÑAS (CE Penedès): 29'51
- 22 BIEL MORANCHO (Barça): 29'58
- 36 **ALBERT GARCÍA (Katoa-CA Canovelles): 30'37**
Rècord del club absolut (14'49+15'48)
- 63 MARTA GALIMANY (Adidas): 31'33
Rècord de Catalunya absolut
- 75 **LLUC CASAL (CA Canovelles): 31'50 (6è S20)**
Millor marca personal. 15'38+16'12
- 114 DOUAE OUBOUKIR: 32'40 (2a dona)
- 148 MANEL CABANILLAS: 33'24
- 178 CARLA DOMÍNGUEZ (Asics): 33'45 (3a)
- 189 **JOEL PICÓ (Penya Apa anem-hi): 33'51**
Millor marca personal. 16'57+16'54
- 295 PAULA BLASI: 34'55 (6a dona)
- 434 **JOAN ALARCÓN (CA Canovelles): 36'15**
18'05+18'11
- 436 **MAXI VIALE (CA Canovelles): 36'18**
- 453 SILVIA SEGURA: 36'21 (17a dona)
- 478 **VÍCTOR PALACIOS (CA Canovelles): 36'32 (MMP)**
18'37+17'56
- 554 MAR SERRANO (Barça): 37'02 (23a dona)
- 596 MIGUEL HERNÁNDEZ (MLT): 37'31
- 850 **ELI MARTÍN (CA Granollers): 38'50 (19'05+19'46)**
- 1187 **CARLOS HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 40'18**
20'24+19'46
- 2475 **PAULA HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 45'05 (228a)**
22'40+22'25
- 2478 **ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 45'05**
22'40+22'25
- 3343 **LAURA ARAUJO (CA Canovelles): 47'43 (23'53+23'50)**
- 3355 **ALBERTO GUTIÉRREZ (CA Canovelles): 47'44 (23'53+23'50)**



30'37 per Albert García, nou rècord del club absolut dels 10 Km



31'50 per Lluç Casal, millor marca personal

Classificació 5 K

- 1 JOSÉ CARLOS PINTO (Portugal): 13'10
- 2 MANUS TUU: 13'13
- 3 THIERRY NDIKUMWENAYO (Playas): 13'22
- 23 GONÇALO SOUSA (CA Manresa): 14'19
- 24 GUILLEM CUARTERO (Barça): 14'20
- 25 ALBERT ALSINA (Barça): 14'20
- 27 LIKINA AMEBAW (Playas): 14'23 (1a dona)
- 31 **POL ALAMINOS (CA Canovelles): 14'29**
- Rècord del club absolut
- 39 AGATHE GUILLEMOT (FRA): 15'04 (2a)
- 43 JEMMA REEKIE (GBR): 15'21 (3a)
- 57 MARINA MARTÍNEZ (New Balance): 16'21 (13a)



Impressionant rècord absolut dels 5 K per Pol Alaminos (14'29)

SANT SILVESTRE DE LA GARRIGA. La Garriga, 31-12-2025

Cursa sense classificacions, amb inscripció el mateix dia i un gran ambient per acomiadar l'any corrent.



**VOTV entrevistant
a la ÉLITE...**

Part dels atletes que van prendre part a la última cursa de l'any



"Pique" de patrocinadors. Jeje...



STAGE D'ENTRENAMENT EN ALÇADA. Camprodon, del 2 al 4 de gener de 2026

Aquest any la neu ha afegit el seu "toc màgic" al Stage. Els atletes que han participat s'han donat molta canya... que segur es veurà reflexada en forma de bons resultats a les properes competicions.



CONCENTRACIÓ DE TRAIL AL CAR DE SANT CUGAT. Sant Cugat, 3-1-2025

Queralt Lladó participa a la concentració de les categories S14/S16 dels atletes més destacats de la temporada passada en la modalitat de trail.



CROS DE MOLLET. Mollet del Vallès, 10-1-2025

Després de l'aturada nadalenca, Mollet obre l'any 2026 per donar continuïtat a la Lliga comarcal de cros del Vallès Oriental. Bona participació canovellina, tractant-se de la setmana de "la tornada al cole"

Open femení (4,5 Km)

- 1 YESSICA RUIZ (CA Mollet): 16'40
- 2 **IVANA RUBIO (CA Canovelles): 17'43**
- 3 JACKELINE GÓMEZ (CA Baix Montseny): 18'06
- 4 **PAULA HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 18'48**
- 7 **MARI MARTÍNEZ (CA Canovelles): 21'00**

Open masculí (4,5 Km)

- 1 **ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 15'23**
- 2 ISAAC PARADAS (CA Mollet): 15'37
- 3 **ALBERTO GUTIÉRREZ (CA Canovelles): 15'48**
- 4 CARLOS DÍAZ: 16'19
- 7 **JULIO GARCÍA (CA Canovelles): 16'39**
- 9 **PAU MORENO (CA Canovelles): 17'26**
- 10 **ORIOL BOIXAREU (CA Canovelles): 17'26**
- 11 **JUAN CONTRERAS (CA Canovelles): 17'35**

Sub18 femení

- 1 **MARIA MORENO (CA Canovelles): 14'34**
- 2 CLAUDIA MERCADO (CA Parets): 14'38

Sub 14 masculí

- 1 RUBEN CARBAJO (CA Mollet): 7'55
- 2 IKER RUBIO (CA Granollers): 8'11
- 3 ROGER ESTELLERS (CA Baix Montseny): 8'19
- 10 **HUGO SUÁREZ (CA Canovelles): 8'42**

Sub 12 masculí

- 1 **GUILLEM PAGÈS (CA Canovelles): 5'52**
- 2 LEO SÁNCHEZ (CA Mollet): 5'56
- 3 GRAU DOÑATE (CA Calderí): 6'17
- 9 **FERRAN DÍAZ (CA Canovelles): 7'20**

Sub 12 femení

- 1 NADIA MARTÍNEZ (CA Mollet): 5'56
- 2 **NOA VIALE (CA Canovelles): 6'04**
- 3 DANIELA MIRÓN (CA Mollet): 6'16
- 8 **LIA VIALE (CA Canovelles): 6'52**
- 14 **LUCÍA GARCÍA (CA Canovelles): 7'46**
- 19 **CLARA PUIG (CA Canovelles): 9'32**

Sub10 masculí

- 1 **ALBERTO ORTIZ (CA Canovelles): 3'44**
- 2 **MARTÍ PUIG (CA Canovelles): 3'47**
- 3 LEO ARÉVALO (CA Mollet): 3'50
- 7 **MATEO GARCÍA (CA Canovelles): 4'00**
- 9 **ALEIX RUIZ (CA Canovelles): 4'03**
- 19 **SAMUEL LÓPEZ (CA Canovelles): 4'50**

Sub10 femení

- 1 **LEYRE VÁZQUEZ (CA Canovelles): 3'52**
- 2 WIAAM JABRI (CA Mollet): 3'55
- 3 ALICIA CLUSELLAS (CA Cardedeu): 4'07
- 6 **ADA CORTINA (CA Canovelles): 4'13**
- 8 **JULIA GARCÍA (CA Canovelles): 4'16**
- 10 **CARLA RUBIO (CA Canovelles): 4'22**

Sub16 masculí

- 1 IVAN GARCÍA (CA Mollet): 10'33
- 2 MARCO SEVILLANO (CA Parets): 10'41
- 3 DAVID ESCRIBANO (CA Mollet): 10'42
- 4 BIEL CRIVILLERS (CA Mollet): 10'48
- 5 AMAT ESPINAR (CA Mollet): 10'50
- 6 **IGNASI BOIXAREU (CA Canovelles): 10'53**
- 8 DANIEL CHILLÓN (CA Granollers): 11'07
- 10 EDGAR SAAVEDRA (CA Granollers): 12'10
- 11 **AITOR VAROCHA (CA Canovelles): 13'05**

Sub18 masculí

- 1 NIL ROMERO (CA Baix Montseny): 10'57
- 2 **JOSEP BOIXAREU (CA Canovelles): 11'04**
- 3 MANUEL PONCE (F.Sta Perpètua): 11'51
- 5 **GERARD JIMÉNEZ (CA Canovelles): 13'20**

Sub 14 femení

- 1 BIANCA GUIRADO (CA Mollet): 8'01
- 2 MARIA CASADO (CA Parets): 8'05
- 3 JANA MARTÍNEZ (CA Granollers): 8'27
- 4 ARWA EL ACHOURY (CA Parets): 8'36
- 5 VALERIA ILLA (CA Parets): 0'03
- 6 **EDURNE GONZÁLEZ (CA Canovelles): 9'15**



Paula i Ivana, 4a i 2a respectivament al cros Open



El podi Open masculí, amb Íker i Guti

Sub 8 femení

- 1 VERA CARO (CA Mollet): 3'20
- 2 LINA OUAHMOUD (CA Mollet): 3'29
- 3 **EMMA GARCÍA (CA Canovelles): 3'29**
- 4 ANNA FLORES (CA Canovelles): 3'32
- 6 BLANCA VILLENA (CA Canovelles): 3'44
- 7 NAILA MASIH (CA Canovelles): 4'00

Sub 8 masculí

- 1 GRAU VIÑAS (CA Baix Montseny): 3'19
- 2 JAÏR VENTURA (CA Mollet): 3'27
- 3 ARNAU COLOMÉ (CA Baix Montseny): 3'28
- 9 NIL JIMÉNEZ (CA Canovelles): 3'48
- 15 PAU GARCÍA (CA Canovelles): 4'03

Mini masculí

- 1 ELOY PUIG (CA Canovelles)
- 2 RIO ARÉVALO (CA Mollet)
- 3 NIL RUIZ (CA Canovelles)

Alberto i Martí van repetir el podi de Sant Celoni, 1r i 2n



Podi S14,
amb Edurne
6a

El podi S8 femení,
amb àmplia
representació
canovellina



XVI DUATLÓ DE GRANOLLERS. Circuit de Montmeló, 11-1-2026

4 atletes del club participen en el primer duatló de carretera de l'any 2026, al circuit de Montmeló. En noies, Alma Bertoldo és la més destacada (28a), mentre que Júlia Martín fou 51a. En homes, Joan Alarcón arribà en el lloc 77 de la general. En categoria joves, hi va prendre part el Marcel García, arribant en el lloc 51.

Classificació femenina

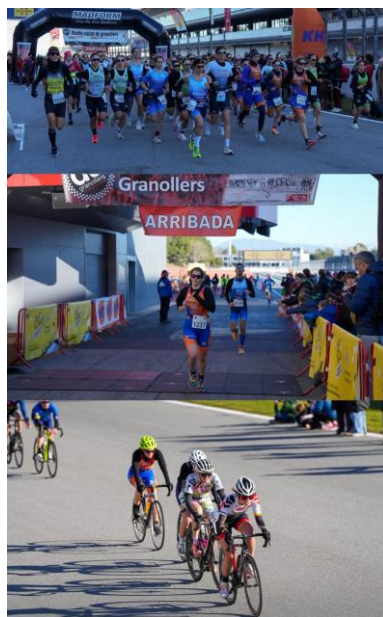
- 1 MARTA BERNARDI: 57'56
- 2 ARIADNA LLOP: 58'25
- 3 NÚRIA NOGUERA: 58'31
- 18 BERTA BRUGUERA: 1'02'47
- 28 **ALMA BERTOLDO (CNB Fasttriatlón): 1'06'04**
- 51 **JÚLIA MARTÍN (Prat Triatló): 1'12'01**

Classificació masculina

- 1 ROC BELLOSTAS: 50'18
- 2 ROGER SÁNCHEZ: 50'30
- 3 TEO MARÍN: 51'11
- 31 PAU CAROL: 52'37
- 50 ORIOL MIRÓ: 54'23
- 72 CESC ULLAR: 56'06
- 77 **JOAN ALARCÓN (TGCBINN): 56'19**

Classificació joves

- 1 DARIO CASTAÑO: 26'07
- 2 ROGER LÓPEZ: 26'14
- 3 JORDI POSTIGO: 26'15
- 12 ARIADNA IVARS: 27'47 (1a)
- 13 BERTA ROMERO: 27'54 (2a)
- 20 JAN LAPUENTE: 28'52
- 24 ELENA BLANCO: 29'07 (3a)
- 51 **MARCEL GARCÍA (Triatló La Garriga): 31'01**



Alma Bertoldo, amb les
companyes d'equip

Júlia Martín en plena acció

CIRCUIT MARESMENC DE CROS. Classificacions definitives

Un cop suspès el cros d'Alella, les classificacions són a dia d'avui, definitives. Per part nostra, 3 podis, un de cada color: Marçal 1r, Laia 2a i Roger 3r. El club que ha obtingut més podis ha estat la Penya Apa anem-hi, amb 10. El lliurament de premis es farà, precisament a Arenys de Mar, properament.

MARÇAL: 1r sènior

LAIA MADERA: 2a any 2010

ROGER MITJANS: 3r any 2010

JOEL PICÓ: 4t absolut

MARI MARTÍNEZ: 5a Màster B

ANNA BLANCAFORT: 17a Màster A

ALFONSO GUILLÉN: 26è Màster B

JOAN ALARCÓN: 35è Màster A

TONI TORRES: 39è Màster B

JESÚS FRUTOS: 49è Màster B

Podis per clubs:

PENYA APA ANEM-HI: 10

CA CALELLA: 8

CA LAIETÀNIA: 7

SPORT CANET: 6

**Roger Mitjans repeteix
podí al maresmenc**



CONTROLS DE PISTA COBERTA. Sabadell, 10 i 11 de gener de 2026

Jornada fructífera a nivell de marques, destacant els 4'48''58 de Carla Yanguas, mínima per participar als Campionats d'Espanya i rècord del club S20.

Control 10 de gener

CARLA YANGUAS: 4'48''58 en 1500 m

Rècord del club S20. MMP. Mínima pel CESP

LAIA MADERA: 5'13''66 en 1500 m (debut)

ROGER MITJANS: 4'53''08 en 1500 m (debut)

JOEL PICÓ: 4'28''70 en 1500 m (MMP)

MARÇAL ROIG: 9'24''52 en 3000 (MMP)

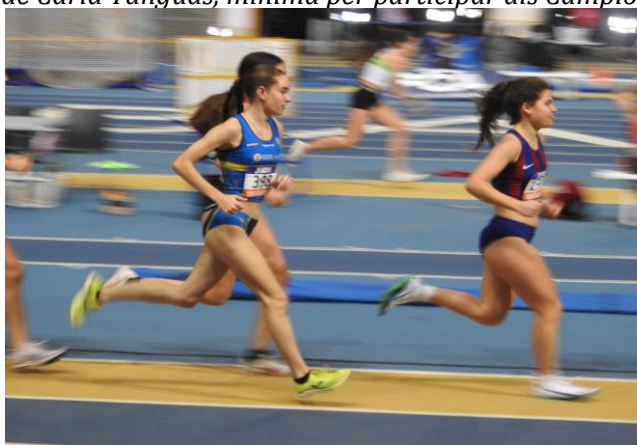
ÍKER GONZÁLEZ: 9'34''63 en 3000 m (MMP)

MARTA MITJANS (Nike Running): 56''14 en 400 m

Control 11 de gener

LLUC CASAL: 8'46''40 en 3000 m (Rècord del club S23)

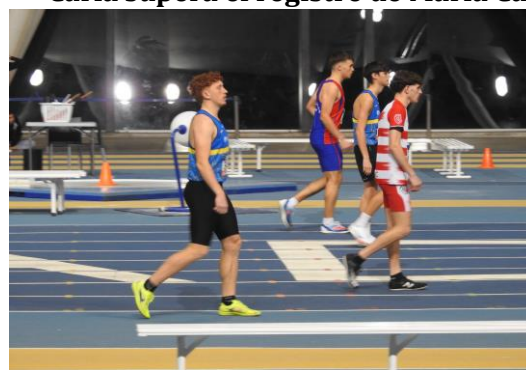
JOEL PICÓ: 9'44''33 en 3000 m (MMP)



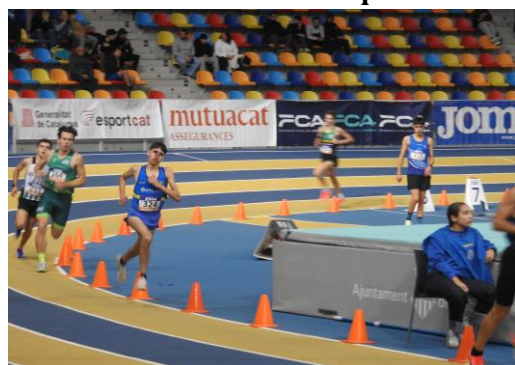
Carla supera el registre de Maria Casals



Gran debut de Laia al milqui



"Personal Best" pel Marçal i per l'Íker als 3000 metres



1500 i 3000 el mateix finde i 2 "PB" pel Joel Picó



Atleta i míster analitzant la cursa

2a JORNADA TROFEU NATÀLIA AMIEL. Sabadell, 27 de desembre de 2025

Competició que enguany es realitza en forma de proves combinades. Bons resultats pels nostres que, d'aquesta manera han de provar proves noves, enriquint-se més a nivell motriu.

GUILLEM PAGÈS: 3'21''77 en 1000 i 1'05 en alçada

LEYRE VÁZQUEZ: 1'56''58 en 600 (rècord del club) i 4'26 m en llançament de pes (2 Kg)

LIA VIALE: 3'47''66 en 1000 i 1'05 m en alçada

MARTÍN MORENO: 3'38''63 en 1000 i 1'25 m en alçada

NOA VIALE: 3'22''86 en 1000 m i 1'05 m en alçada

RYAD ZROULA: 4'41''20 en 1000 m

YASMINE ZROULA: 3'53''85 en 1000 m i 1'05 m en alçada

DIVERSOS RÀNQUINGS. Per als que us agrada l'estadística...

RÀNQUING ABSOLUT 1500 DE SEMPRE			RÀNQUING S10 DE 600 m DE SEMPRE		
1	MARTA MITJANS	4'40''91	1	LEYRE VÁZQUEZ	1'56''58
2	CARLA YANGUAS	4'48''58	2	NOA VIALE	2'09''37
3	MARIA CASALS	4'49''81	3	ANDREA CORRALERO	2'14''9
4	NURIA ESCUDERO	4'55''66	4	NADIA MARTÍNEZ	2'17''07
5	EVA MARTOS	5'06''10	5	LIA VIALE	2'28''96
6	YOUSRA LAGHMICH	5'06''84			
7	PAULA HERNÁNDEZ	5'07''80	RÀNQUING ABSOLUT 5K RUTA DE SEMPRE		
8	LAIA MADERA	5'13''66	1	POL ALAMINOS	8'16''19
9	YASMINA MESA	5'14''59	2	GUILLEM CUARTERO	8'31''13
10	LISSETH REYES	5'15''47	3	YOUSSEF ESSABANI	8'32''08
			4	LLUC CASAL	8'46''40
			5	ELIAS RESINA	8'49''26
			6	MOURAD MOUNIM	8'53''31
			7	ABDESLAM EL OUAHABI	9'00''5
			8	MARTÍ RUIZ	9'08
			9	NADIR BOURAS	9'09''31
			10	CARLOS DIAZ	9'10''61
RÀNQUING ABSOLUT 5K RUTA DE SEMPRE					
1	POL ALAMINOS	14'29			
2	ALBERT GARCÍA (TP)	14'49			
3	LLUC CASAL	15'12			
4	ABDESLAM EL OUAHABI	15'17			
5	YOUSSEF ESSABANI	15'19			
6	ISAM MOUNIR	15'26			
7	ÍKER PRADOS-IVAN ZARCO	15'32			
8	MARTÍ RUIZ	15'38			
9	MOHAMED BENHMBARKA	15'44			
10	LUIS SALA-BELLSOLELL	15'48			
RÀNQUING ABSOLUT 5K RUTA DE SEMPRE					
1	ALBERT GARCÍA	30'37			
2	RADOUANE-ABDESLAM	30'52			
3	YOUSSEF ESSABANI	31'10			
4	ALI BENHMBARKA	31'23			
5	ELIAS RESINA	31'34			
6	BRUNO MONTEFUSCO	31'43			
7	LLUC CASAL	31'50			
8	ISAM MOUNIR	32'06			
9	ENZO MONTEFUSCO	32'08			
10	RADCHID HITANE	32'12			

ATLETES catalanes S23-S20-S18 que han corregut per sota dels 56"14 de Marta Mitjans als 400 m
(als darrers 10 anys)

52"82 Sara Gallego (2022)

53"35 Berta Segura (2024)

54"09 Sonia Nasarre (2018)

55"30 Sara Dorda (2016)

55"54 Helena Santacana (2024)

55"60 Meritxell Tarrago (2022)

55"60 Laia Zurita (2023)

55"71 Geena Stephens (2021)

55"81 Diana Fernández (2023)

56"08 Júlia García (2019)

ATLETES catalanes S23-S20-S18 que han corregut per sota dels 56''14 de Marta Mitjans als 400 m

(als darrers 10 anys)

52''82 Sara Gallego (2022)

53''35 Berta Segura (2024)

54''09 Sonia Nasarre (2018)

55''30 Sara Dorda (2016)

55''54 Helena Santacana (2024)

55''60 Meritxell Tarrago (2022)

55''60 Laia Zurita (2023)

55''71 Geena Stephens (2021)

55''81 Diana Fernández (2023)

56''08 Júlia García (2019)