

INFORESULTATS DEL C.A.CANOVELLES (núm 20)

CONCENTRACIÓ SELECCIÓ CATALANA DE CROS. Sant Joan de les Abadesses, 17-1-2026

Carla Yanguas participa a la concentració organitzada per la FCA, per preparar el Campionat d'Espanya.

Recordem que la Carla, formarà part de l'equip S20 femení que intentarà fer un bon paper a Almodóvar del Río el proper 25 de gener.



Foto de grup, amb atletes i entrenadors que aniran amb la selecció catalana a Almodóvar del Río

TROFEU NATÀLIA AMIEL. Sabadell, 17-1-2026

Martín Moreno pren part d'una altra jornada del Trofeu de promoció.

MARTÍN MORENO: 12''37 en 60 tanques (a només 1 centèsima del rècord del club) i 5'70 m en llançament de pes

CONTROL S16-S18. Sabadell, 17-1-2026

Els arenyencs Queralt Lladó i Roger Mitjans, participen als 3000 i als 800, respectivament.

QUERALT LLADÓ: 11'46''13 en 3000 m (MMP)

ROGER MITJANS: 2'20''16 en 800 m (debut)

RÀNKING S16 DE 3000 DE SEMPRE

JÚLIA DE LA PIEDRA	9'56''48
MARTA MITJANS	10'28''00
ANDREA LERÍN	10'31''11
AINHOA FITÓ	10'40''24
PAULA HERNANDEZ	10'43''35
LAIA MADERA	11'06''47
ALEXANDRA ARILLO	11'15''50
IVANA RUBIO	11'38''10
QUERALT LLADÓ	11'46''13
LISSETH REYES	11'43''2

CROS DE LES FRANQUESES. Les Franqueses del Vallès, 17-1-2026

La pluja va aguantar dissabte al matí i es va poder salvar el cros de Les Franqueses, un dels municipis de la zona del Vallès, que no està castigat per les restriccions de la pesta porcina.

Open femení (4,5 Km)

- 1 MIRIAM LÓPEZ: 20'04
- 2 IVANA RUBIO (CA Canovelles): 20'20
- 3 PAULA HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 21'27
- 5 MARIA MORENO (CA Canovelles): 22'44
- 6 MARI MARTÍNEZ (CA Canovelles): 24'10

Open masculí (4,5 Km)

- 1 JAN ISLA: 16'43
- 2 CARLOS HERRERAS: 16'59
- 3 CAMILO GALLEGU: 17'35
- 4 ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 17'51
- 5 CESC ULLAR (CA Parets): 17'55
- 6 ALBERTO GUTIÉRREZ (CA Canovelles): 17'56
- 11 FRANCESC MARSOL (CA Granollers): 18'33
- 12 DAVID MARSOL (CA Vic): 18'34
- 14 JULIO GARCÍA (CA Canovelles): 19'22
- 15 ORIOL BOIXAREU (CA Canovelles): 19'29
- 16 JOSEP BOIXAREU (CA Canovelles): 19'52
- 21 PAU MORENO (CA Canovelles): 17'26
- 28 MIGUEL ESTERUELAS (CA Canovelles): 21'57
- 33 ALBERTO LINERO (CA Canovelles): 23'42

Cadet masculí

- 1 IGNASI BOIXAREU (CA Canovelles): 8'25
- 2 MARTIN FORERO: 8'34
- 3 DANIEL MAJOS: 8'37
- 5 AITOR VAROCHA (CA Canovelles): 9'13

Infantil femení

- 1 JANA MARTÍNEZ (CA Granollers): 9'42
- 2 BRUNA ESPAÑA: 9'39
- 3 EDURNE GONZÁLEZ (CA Canovelles): 9'42

Infantil masculí

- 1 IKER RUBIO (CA Granollers): 8'35
- 2 HUGO SUÁREZ (CA Canovelles): 8'42
- 3 MARC BOYKO (Lauro): 10'02

Aleví masculí

- 1 GUILLEM PAGÈS (CA Canovelles): 4'43
- 2 MARTÍN MORENO (CA Canovelles): 5'05
- 3 NAÏM GARCÍA: 5'25
- 7 NIL GARCÍA (CA Canovelles): 5'35
- 10 FERRAN DÍAZ (CA Canovelles): 5'40

Aleví femení

- 1 NOA VIALE (CA Canovelles): 4'53
- 2 MARTA VIURE: 5'12
- 3 LIA VIALE (CA Canovelles): 5'17
- 9 CLOE RAMÍREZ (CA Canovelles): 6'03
- 19 CLARA PUIG (CA Canovelles): 6'29



Ignasi Boixareu, guanyador cadet



Edurne González, 3a classificada infantil



Bona cursa d'Hugo Suárez, 2n infantil



Guillem i Noa, guanyadors alevins

Benjamí masculí

- 1 ALBERTO ORTIZ (CA Canovelles): 3'12
- 2 LEO ARÉVALO (CA Mollet): 3'14
- 3 ALEIX PIFARRÉ: 3'15
- 5 MARTÍ PUIG (CA Canovelles): 3'24
- 6 MATEO GARCÍA (CA Canovelles): 3'26
- 20 SAMUEL LÓPEZ (CA Canovelles): 4'10
- 26 ELOY GARCÍA (CA Canovelles): 4'25

Guanyador per equips: CA Canovelles

Benjamí femení

- 1 LEYRE VÁZQUEZ (CA Canovelles): 3'11
- 2 WIAAM JABRI (CA Mollet): 3'29
- 3 ADA CORTINA (CA Canovelles): 3'33
- 5 JULIA GARCÍA (CA Canovelles): 3'42
- 7 CARLA RUBIO (CA Canovelles): 3'50

Prebenjamí femení

- 1 EMMA GARCÍA (CA Canovelles): 2'46
- 2 LINA OUAHMOUD (CA Mollet): 2'52
- 3 ANNA FLORES (CA Canovelles): 2'52
- 4 BLANCA VILLENA (CA Canovelles): 3'06
- 6 GISELA DOMENE (CA Canovelles): 3'12
- 10 MARTINA HIDALGO (CA Canovelles): 3'33
- 12 IRAILA GARCÍA (CA Canovelles): 3'36

Guanyador per equips: CA Canovelles

Prebenjamí masculí

- 1 TEO GARCÍA: 2'45
- 2 ROC PUECH: 2'57
- 3 POL GONZÁLEZ: 2'57
- 4 NIL JIMÉNEZ (CA Canovelles): 3'01
- 9 PAU GARCÍA (CA Canovelles): 3'08
- 20 ROC MAURI (CA Canovelles): 3'35
- 22 MARTÍ CHAVES (CA Canovelles): 6'17



Busqueu una gambada elegant a la foto, la trobeu? Leyre Vázquez, guanyadora benjamí

QUART DE MITJA. Granollers, 18-1-2026

Victòria absoluta de Daniel Lerín al "Quart de Mitja", per davant del Blanco i 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 general

327 arribats a meta (176 dones)

- 1 DANIEL LERÍN (CA Canovelles): 18'16 (1r escolar)
- 2 JOSÉ LUIS BLANCO (Sansi): 18'18
- 3 DENNIS OTERO (CA Granollers): 18'18
- 4 RAÚL MONJE (CA Granollers): 18'20
- 5 FRANCESC MARSOL (CA Granollers): 20'18
- 6 JOSEP BOIXAREU (CA Canovelles): 20'22 (2n escolar)
- 8 ARIADNA LLOP (CN Banyoles): 21'04 (1a dona)
- 12 DANIEL CHILLÓN (CA Granollers): 22'08
- 14 EDGAR SAAVEDRA (CA Granollers): 23'10
- 17 MARTINA GARCÍA (CA Granollers): 23'23 (2a dona)
- 18 LAIA MADERA (CA Canovelles): 23'24 (3a dona)
- 21 AITOR VAROCHA (CA Canovelles): 23'49
- 26 GERARD JIMÉNEZ (CA Canovelles): 24'18
- 62 FRANCISCO MATA (CA Canovelles): 28'29
- 238 ARANTXA SÁNCHEZ (CA Canovelles): 39'08 (115a)

Blanco es va voler fer una foto amb el guanyador...



10K DE LA MITJA. Granollers, 18-1-2026

4 atletes del club participen al 10K, una cursa que gira a Llerona, que tendeix a pujar d'anada i a baixar de tornada. Gairebé la meitat dels atletes arribats a meta eren dones.

743 arribats a meta (347 dones)

- 1 JOSEP MARIA NOVELLAS: 34'29
- 2 BIEL MONTERO: 34'45
- 3 IVAN MORENO: 34'57
- 7 CESC ULLAR (CA Parets): 37'03
- 10 SONIA SANS: 38'33 (1a dona)
- 12 CARLOS DÍAZ: 38'45
- 26 LAIA ESTRADA: 41'53 (2a)
- 35 JORDI JIMÉNEZ: 43'27
- 51 JÚLIA CROUS: 45'02 (3a)
- 52 TONI TORRES: 45'06
- 56 MIGUEL A. ESTERUELAS (CA Canovelles): 46'02
- 142 MARIA MORENO (CA Canovelles): 50'52 (23a)
- 151 ALBERT LINERO (CA Canovelles): 51'09
- 397 LAURA ESTERUELAS (CA Canovelles): 58'28 (127a)

Laia Madera (3a al Quart)

Josep Boixareu,
2n escolar
al Quart



LA MITJA (40a edició). Granollers-Les Franqueses-La Garriga. 18-1-2026

La 40a edició de la mitja va ser tot una festa, això sí passada per aigua de principi a fi. La data va coincidir amb la de la 1a edició, allà pel 1987. Si llavors van ser 807 els atletes que van finalitzar la prova, enguany han estat 5372, una participació molt bona, que demostra que la gent està molt engrescada amb el nostre esport.

Aquesta edició va ser, a més, Campionat de Catalunya de la distància, i els nostres s'han penjat dues medalles: Eli Martín (bronze F40, el dia del seu debut amb la nostra samarreta) i Toni Torres (bronze M70). Juan Ramón Martos es va quedar a només 50 segons de penjar-se també un bronze.

Classificació general

5372 arribats a meta

- 1 ESAU KEMBOI: 1'00'39
- 2 FEB CHELEGUI: 1'00'46
- 3 ILIAS FIFA: 1'01'47
- 10 IBRAHIM CHAKIR: 1'04'59
- 15 ALBERT RUZ: 1'06'56
- 20 BEYHELEM NEGA: 1'10'01 (1a dona)
- 28 MIKI SOLÉ: 1'11'58
- 32 NÚRIA GIL: 1'12'11 (2a dona)
- Campiona de Catalunya absoluta*
- 34 ANGELINE CHELIMO: 1'12'31 (3a dona)
- 48 **MARÇAL ROIG (CA Canovelles): 1'13'52**
- MMP. 2n S23. 3'30/Km. K10: 35'53*
- 68 CRISTINA SILVA: 1'15'10 (6a)
- 69 MIREIA GUARNER: 1'15'13 (7a)
- 98 **ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 1'17'00**
- Debut. 1r de Canovelles. 3'39/Km. K10: 38'28*
- guanya 60 posicions des del Km 5 fins a meta*
- 108 IVAN NOBLEJAS: 1'17'42
- 127 JAVI RUBIO: 1'18'19
- 148 SILVIA SEGURA: 1'19'19
- 168 **MAXI VIALE (CA Canovelles): 1'19'59**
- 8è de Catalunya M45. 3'48/Km. K10 39'02*
- 180 MARIA RUIZ: 1'20'23 (1a F40)
- 216 JESSICA RUIZ (CA Mollet): 1'21'42 (2a F40)

Nou rècord del club de
mitja maratón per a
Eli Martín: 1'23'15

L'Eli es va penjar un
bronze el dia del seu
debut amb el
Canovelles



L'altra medalla
de l'autonòmic
de Mitja, va ser
pel Toni Torres
3r de Catalunya
M70

- 220 JAUME ARAGONÉS (A 4 el Km): 1'21'44
- 236 VÍCTOR PALACIOS (CA Canovelles): 1'21'58
3'54/Km. K10 40'11
- 287 ELISABET MARTÍN (CA Canovelles): 1'23'15
3a de Catalunya F40. Rècord del club absolut
3'57/Km. K10 40'27 (16 general)
- 304 MARC CASTELLSAGUÉ: 1'23'40
- 527 JUAN CONTRERAS (CA Canovelles): 1'27'26
MMP. 4'10/Km. K10 42'40
- 562 CARLOS HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 1'28'15
MMP. 4'11/Km. K10 43'38
- 670 POL TORRES: 1'30'00
4'16/Km- K10 42'16
- 773 ADOLFO GONZÁLEZ (CA Canovelles): 1'31'30
MMP. 4'21/Km. K10 44'38
- 1075 ENRIQUE MORENO (CA Canovelles): 1'35'17
MMP. 4'31/Km. K10 46'26
- 1194 JUAN RAMON MARTOS (CA Canovelles): 1'37'13
4t de Catalunya M65
4'37/Km. K10 47'02
- 1377 IVANA RUBIO (CA Canovelles): 1'37'06
Debut. 2a S23. 1a de Canovelles?
4'37/Km. K10: 48'49
- 1379 PAU MORENO (CA Canovelles): 1'37'07
4'37/Km. K10: 48'48
- 2023 JOAN DÍAZ (CA Canovelles): 1'43'10
4'54/Km. K10 50'02
- 2967 TONI TORRES (CA Canovelles): 1'51'52
3r de Catalunya M70
5'19/Km K10: 54'01
- 3323 JAUME CIURANS (CA Canovelles): 1'52'10
5'19/Km. 54'33
- 3386 ANNA BLANCAFORT (CA Canovelles): 1'55'46
6a de Catalunya F40. 445a de la general
5'30/Km K10: 55'05
- 3454 RAQUEL FUENTES (CA Canovelles): 1'53'22
5'23/Km K10 55'28
- 3605 MARI MARTÍNEZ (CA Canovelles): 1'54'50 (llebre)
5'27/Km. K10 54'33
- 3607 DIEGO MOLINERO (CA Canovelles): 1'54'51 (llebre)
5'27/Km. K10 54'33
- 4234 ANDREU GORDILLO (CA Canovelles): 2'00'04
5'42/Km. K10 59'24
- 4283 CRISTINA LAHOZ (CA Canovelles): 2'02'14
MMP. 722a de la general
5'48/Km. K10: 59'23
- 4438 JORDI JURADO (CA Canovelles): 2'04'27
5'54/Km. K10: 59'22
- 4697 ELDA MASPONS: 2'13'50 (892a)
- 4751 LAURA MOR (CA Canovelles): 2'10'32
6'12/Km. K10 1'00'08. 920a de la general



Marçal, 2n S23 (MMP)



Íker, gran debut en mitja



Carlos Hernández lluitant fins al darrer metre la marca personal



Ivana Rubio, debut amb rècord del club S23



Juan Contreras, millor marca personal (1'27'46)

RÀNQUING FEM. DE MITJA DE SEMPRE	
ELI MARTÍN	1'23'15
ANNA RIERA	1'24'32
EVA MARTOS	1'25'53
MERI VELASCO	1'28'00
MARTA MORA	1'33'20
IVANA RUBIO	1'37'06
MARI MARTINEZ	1'37'16
IRENE PERALES	1'37'21
GLORIA RODRIGUEZ	1'37'46
CARMEN MACHADO	1'43'44

2 noves aparicions al rànding

RÀNQUING MASC. DE MITJA DE SEMPRE	
ABDESLAM EL OUAHABI	1'08'14
RADOUANE NOUR	1'09'35
ALI BENHMBARKA	1'09'41
ISAM MOUNIR	1'10'45
MARC MERINO	1'11'10
ELIAS RESINA	1'11'12
JAVI URBANO	1'11'21
JAVI MARTÍNEZ	1'11'28
JAVI RUBIO	1'12'16
JORDI MARTOS	1'12'57

Aquest no s'ha mogut...

QUÈ SE LI DEMANA A UNA LLEBRE?

Com tots sabreu, les "llebres" de les curses són atletes que t'ajuden a aconseguir una determinada marca.

T'ajuden a marcar el ritme, per a que no pequis d'anar massa ràpid o també, per què no?, massa lent.

A la mitja hi ha llebres per assolir 1h20, 1'24, 1'25, etc. Les llebres de 1 h 55 eren dos atletes del club: Mari Martínez i Diego Molinero, que es van complementar a la perfecció per a marcar el ritme a tots aquells atletes que vulguessin fer aquella marca... i ho van clavar!

Felicitats a tots dos.

Quan preguntàvem al títol de l'article què se li demana a una llebre, podem pensar: que marki bé el ritme...FACTO!

La resta ja ho posa cadascú. La cara de la Mari, animant als corredors diu molt d'aquell "A MÉS A MÉS" que un posa en tot el que fa, ja sigui la feina, els entrenaments i, en definitiva, el dia a dia. Bravo!

