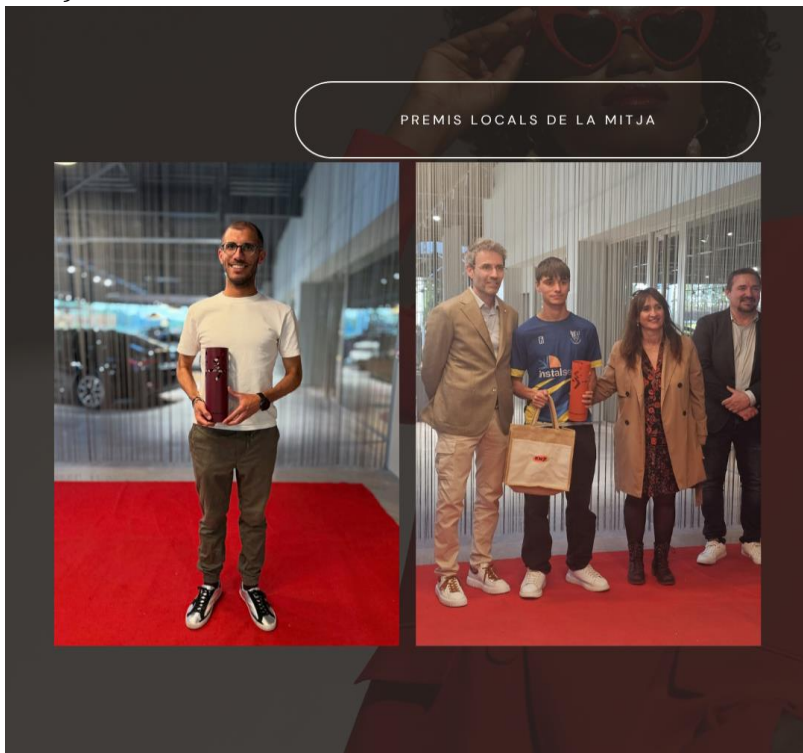


INFORESULTATS DEL C.A.CANOVELLES (núm 31)

PREMIS LOCALS DE LA MITJA

A Pruna Motors de Mataró es va fer el lliurament dels premis locals de la mitja de l'any 2026 i també de 2025, un any després. Dels nostres, van rebre el premi l'Íker González (1r de Canovelles 2026) i Marc Merino (1r de Granollers de 2025). Felicitats a tots dos.



CROS ESCOLA CONGOST. Canovelles, 17-4-2026

Prop de 400 participants al cros escolar del Congost. Alguns dels nostres atletes hi van tenir resultats destacats.

Guanyadors de les seves respectives curses:

Carla Rubio, Leyre Vázquez, Martí Puig, Eloy Puig

3rs classificats:

Gala Perales i Anwar El Qasmy

4a classificada: Clara Puig.



CAMPIONAT DE CATALUNYA DE FONS. Calella, 18-4-2026

Carla Yanguas repeteix medalla, un any després als 5000 metres. Això sí, pujant un graó més del podi, enguany ha estat plata i amb marca personal (a només 7 segons de la mínima pel campionat d'Espanya de la distància). Mari Martínez també torna a repetir medalla als 10000 (1a F50). En aquesta prova Carlos Hernández va assolir una molt molt treballada marca personal (que ho és també de 10K). En Marçal també va millorar marca en la prova de les 25 voltes a la pista. Íker González, Laia i Josep van debutar als 10 i als 5, respectivament.

5000 S20 femení

- 1 ARIADNA NAVARRO (CA Parets): 17'29"09
- 2 **CARLA YANGUAS (CA Canovelles): 18'27"65 (MMP)**
- 3 MARTINA PRADAS (GEIEG): 19'06"27
- 4 ANNA GRANELL (CA Granollers): 19'13"83

5000 m S18 femení

- 1 ESTELA ALBEROLA (Playas de Castellón): 17'56"14
- 2 BERTA GALÁN (JA Sabadell): 18'09"63
- 3 MARIA ZABALETA (Scorpio): 18'12"66
- 4 JANNA NASIROV (CA Vic): 18'26"53
- 5 ANNA MAS (Xafatolls): 18'33"84
- 6 RABAB OUZZEMOU (Pobla de Segur): 18'37"50
- 7 **LAIA MADERA (CA Canovelles): 20'25"91 (debut)**

5000 S18 masculí

- 1 GUILLEM CUARTERO (Playas): 14'26"61 (RCAT)
- 2 ERIK GONZÁLEZ (CA Santboi): 15'35"05
- 3 SAID DAMOUCH (CA Santboi): 15'37"18
- 13 **JOSEP BOIXAREU (CA Canovelles): 19'28"05 (Debut)**
- 14 BERNAT LARA (Avinent Manresa): 20'29"49

10000 M45

- 1 DANIEL RUEDA (JA Montcada): 34'49"70
- 2 CARLES CAUS (CA Molins): 34'53"60
- 3 DANIEL PERALES (RTC Running): 36'25"30
- 6 **CARLES HERNÁNDEZ (CA Canovelles): 39'17"80**

Millor marca personal pista i 10K

10000 absolut

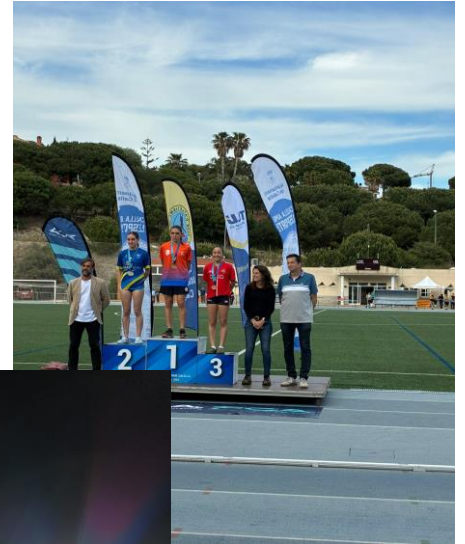
- 1 DMITRIJS SERJOGINS (CA La Sansi): 29'51"91
- 2 BRAHIM FATEH (L'Hospitalet At): 30'21"87
- 3 MARC GUARDIA: 30'27"95
- 4 CHAKIR EL HAMDOUNI (PC Team): 30'44"15
- 5 BIEL MORANCHO (CAPEX): 30'47"90 (1r S23)
- 10 PAU SARDA (Xafatolls): 32'05"52 (2n S23)
- 12 ALVARO LÓPEZ (L'Hospitalet At): 34'08"91 (3r S2)
- 13 **MARÇAL ROIG (CA Canovelles): 34'14"43 (4t S23). MMP**
- 16 **ÍKER GONZÁLEZ (CA Canovelles): 35'59"55 (5è S23). Debut**

RANQUING 10000 MASCULI DE SEMPRES

| | |
|----------------------|-----------------|
| JORGE RIEGO | 33'51"84 |
| ALFONSO GUILLEN | 33'54"06 |
| SOUHAIL LOQMANE | 33'55"39 |
| MARÇAL ROIG | 34'14"43 |
| JAVI MARTÍNEZ | 34'16"25 |
| JORDI MARTOS | 34'37"90 |
| JOSE CORRAL | 35'25"79 |
| JESÚS SUÁREZ | 35'43"57 |
| ÍKER GONZÁLEZ | 35'59"55 |
| CARLOS DIAZ | 36'00"19 |

RANQUING 5000 FEMENI DE SEMPRES

| | |
|----------------------|-----------------|
| NÚRIA ESCUDERO | 18'21"10 |
| CARLA YANGUAS | 18'27"65 |
| IRENE PERALES | 19'24"68 |
| ANNA RIERA | 19'32"24 |
| PAULA FABREGAT | 19'20"01 |
| YOUSRA LAGHMICH | 20'24"23 |
| ALEXANDRA ARILLO | 20'24"72 |
| LAIA MADERA | 20'25"91 |
| YASMINA MESA | 20'45"48 |
| LOIDA REYES | 20'57"43 |



Podi S20, amb Carla Yanguas



Les 4 màsters que van prendre part dels 10000

10000 absolut femení

- 1 ANNA TORRA (CA Igualada): 34'44"08
- 2 JUDIT NAVARRO (CA Igualada): 35'15"07
- 3 MARTINA LAPLANA (Hinaco Monzón): 38'13"46
- 4 MARIONA MORET (GEIEG): 42'52"36
- 5 CARMEN DELGADO (UCA): 44'07"16
- 6 CARME BALLESTEROS (Cornellà At): 46'21"78
- 7 **MARI MARTÍNEZ (CA Canovelles): 50'00"55 (1a F55)**
- 8 MARI CARMEN MOLINA (Baix Montseny): 50'12"05

CONTROLS AIRE LLIURE. Vic, 18 i 19 d'abril de 2026

Controls de moltes proves per a totes les edats, amb alguna que altra marca personal.

Dissabte 18 d'abril

ROGER MITJANS: 59''40 en 400 m (MMP)

IGNASI BOIXAREU: 3'00''24 (MMP)

LEYRE VÁZQUEZ: 3'52 en llargada (MMP) i
1'54''30 en 600 (MMP)

JÚLIA GARCÍA: 13''20 en 60 t i 2'16''12 en 600

ADA CORTINA: 3'05 m en salt de llargada

PAU GARCÍA: 1'43''38 en 400 m

FERRAN DÍAZ: 1'59''96 en 600 m (debut)

Diumenge 19 d'abril

EDURNE GONZÁLEZ: 3'48''55 en 1000 obstacles (debut)

GUILLEM PAGÈS: 1'50''92 en 600 m (MMP)

i 3'42''00 en 1000 obstacles (debut)

NOA VIALE: 1'48''34 en 600 m (rècord del club S14)

CROS ESCOLA COLORS I CROS ANNA MOGAS. 19 d'abril de 2026

Ha estat un cap de setmana de crossos escolars. Si divendres obria el finde el cros de l'escola Congost de Canovelles, dissabte va seguir el de l'escola Joan Sanpera de Les Franqueses i diumenge dos més: escola Colors a Bellavista i el cros Anna Mogas a Granollers. Jan Gordillo va guanyar aquest últim i Leyre Vázquez i Laia Madera el de l'escola Colors, on també van fer podi Ada Cortina, Mateo García, Júlia García i el seu pare Julio. Yasmine Zroula fou 3a a l'Anna Mogas.



L'àmplia representació canovellina a Colors

Jan Gordillo, 1r i sense vessar cap gota d'aigua del got



Yasmine, 3a al cros Anna Mogas



TRAIL DE Cerdanyola. Sant Julià de Cerdanyola, 19-4-2026

Segona cursa puntuable per la Copa Catalana de Trail Màster. Destaquem la victòria d'Elías Resina en categoria M50, arribant el 4t de la general i el premi de categoria d'Oriol Boixareu (1r M40) i de Marta Mora (2a F40 i també 4a de la general femenina).

Trail 12 Km

85 arribats

- 1 MARCEL SAMSÓ (CA Granollers): 1'11'12
- 2 JAN SOLÉ: 1'11'22
- 3 JOSEP LLUÍS GONZÁLEZ: 1'11'25
- 4 **ELÍAS RESINA (CA Canovelles): 1'12'38 (1r M50)**
- 5 CARLES MASSO: 1'12'41
- 15 **JOEL PICÓ (CA Canovelles): 1'21'27**
- 16 **ORIOl BOIXAREU (CA Canovelles): 1'21'27 (1r M40)**
- 26 JUDIT MORALES: 1'31'30 (1a dona)
- 35 PILI UREÑA (CE Penedès): 1'35'40 (2a dona)
- 36 INDRID SOLÉ: 1'36'40 (3a dona. 1a F40)
- 37 **MARTA MORA (CA Canovelles): 1'38'28**
4a dona. 2a F40
- 54 **TONI TORRES (CA Canovelles): 1'48'59**



Oriol i Marta, premiats en la categoria de 40 anys



Alguns dels nostres participants pel trail berguedà

TRAIL MUNTANYES COSTA DAURADA. Prades, 19-4-2026

Nova trail per a aquest parell i nou podi, un més. Ivana guanyadora de la general i Pau 2n de categoria.

- 1 HUGO DOMÍNGUEZ: 56'26
- 2 MARCEL TARDIU: 1'01'53
- 3 ANDRES ZAPATER: 1'02'30
- 6 PERE MARTÍ: 1'05'27 (1r júnior)
- 11 **IVANA RUBIO (CA Canovelles): 1'10'39 (1a)**
- 12 **PAU MORENO (CA Canovelles): 1'10'40 (2n júnior)**
- 13 LAURA FERNÁNDEZ: 1'10'42 (2a dona)
- 15 LAURA PÉREZ: 1'12'40 (3a dona)



CAMPIONAT DE CATALUNYA DE MILLA. Ripollet, 19-4-2026

Marta Mitjans repeteix victòria i torna a batre el rècord dels campionats. Carla Yanguas i Júlia De la Piedra foren 6a i 7a, respectivament, amb la mateixa marca (5'29).

En quant a la representació masculina, Alfonso Guillén fou 5è M50 i Joan Alarcón 10è M45.

Milla absoluta femenina

- 1 **MARTA MITJANS (Nike Running): 4'41"13**
rècord dels campionats.
- 2 MARWA EL KHOUYA (Lleida UA): 4'56
- 3 MARINA GUERRERO (Avinent Manresa): 4'58
- 4 LAURA RODRÍGUEZ (Tenerife): 5'00
- 5 ALBA TRIGUEROS (CE Penedès): 5'25
- 6 **CARLA YANGUAS (CA Canovelles): 5'29**
- 7 **JÚLIA DE LA PIEDRA (CA Canovelles): 5'40"83**
Rècord del club sènior
- 9 JESSICA RUIZ (CA Mollet): 5'34
- 25 ANA BELEN PALMA (CD Mataró Pérez): 6'23

Milla M45

- 1 SERGI MARTÍNEZ (Avinent Manres): 4'53
- 2 RUBEN JIMÉNEZ (CE Irunwithleiva): 4'55
- 3 ABRAHAM MONROY (UGE Badalona): 4'56
- 8 ABDELHAMED EL HARRAK (Lluïsos): 5'02
- 9 DAVID GALLEGO (R3 Ripollet Triatló): 5'04
- 10 **JOAN ALARCÓN (CA Canovelles): 5'05**

Milla M50

- 1 FERNANDO RUIZ (At Cerdanyola): 4'54
- 2 ANTONIO BONO (CA Castellar): 4'58
- 3 SERGI CINCA (CE Irunwithleiva): 4'59
- 4 JUAN LUIS PÉREZ (Lleida UA): 5'05
- 5 **ALFONSO GUILLÉN (CA Canovelles): 5'23**
- 6 DANIEL ÁLVAREZ (Cornellà At): 5'45



CURSA/MARXA CANDELA I ONCODINES TRAIL

2 curses no competitives i solidàries amb la lluita contra el càncer. Recull de fotografies...



Amunt aquestes polseres. Can Duran feia goig aquest diumenge amb la cursa CANDELA



Les germanes Blancafort no van voler perdre's la cursa Candela

Arribada de l'equip Scape Moms&CIA, amb Eli Martín (Oncodines Trail)

