

El CESC organitza una ruta pels entorns de Sant Feliu de Buixalleu

Sant Celoni. El Centre Excursionista de Sant Celoni ha organitzat per a aquest diumenge una sortida pels entorns de Sant Feliu de Buixalleu commemorant la sortida que va organitzar Emili Sabaté. L'excursió es farà a dos quarts de 9 del matí de la plaça del Comte del Montseny de Sant Celoni en cotxe i arribarà al Camí de les Aigües, després del Coll de Norri. Des d'aquest punt, se seguirà el recorregut a peu divisant diverses panoràmiques fins a la Torre de la Mora, entre el castell de Montsoriu i d'Hostalric, i continuarà fins a la parròquia de Gaserans i Can Joanic per retornar al punt inicial. La caminada no té dificultat. REDACCIÓ.

NIUS d'Arbúcies organitza una caminada a Sant Marçal

Arbúcies. L'entitat Nius d'Arbúcies ha organitzat per a aquest diumenge una caminada fins a Sant Marçal pel camí dels colls. La sortida es farà a les 8 del matí de la plaça de la Vila i els participants hauran de portar l'esmorzar i el dinar. Està previst que es torni a Arbúcies abans no es faci fosc. REDACCIÓ.

L'hostalriquenc 'Mingo' dona per bo un empat del Nàstic al camp del Madrid

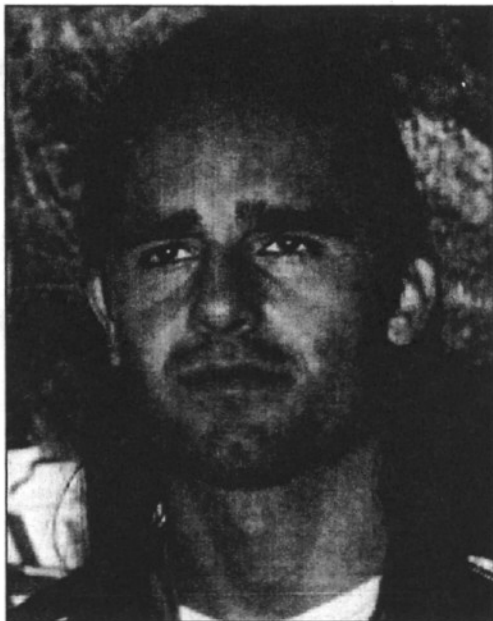
El jugador té una dura competència al seu lloc amb Marco Ortega

REDACCIÓ. **Hostalric** El defensa d'Hostalric del Gimnàstic de Tarragona, Carles Domingo Pladevall, 'Mingo', considera que un empat aquest cap de setmana al Santiago Bernabéu seria un bon resultat per al seu equip. El jugador d'Hostalric es disputa per a aquest partit la plaça del lateral esquerre amb Marco Ortega, que davant el Sevilla va tenir una gran actuació. En aquest sentit, manté l'aspiració de sortir com a titular a Madrid.

Per a 'Mingo', el diumenge no és un partit especial, "però a tot el món li agrada jugar en camps així, contra rivals de l'entitat del Real Madrid. Fa dos mesos pensar en el Bernabéu es feia una muntanya, però ara som optimistes, i podem puntuar en qualsevol camp". Tot i amb això, el lateral hostalriquenc no dona per dolent l'empat, ja que "puntuar fora, si després guanyes a casa, per a l'objectiu que ens hem marcat seria un bon resultat".

Canvi de l'equip

Mingo, que ha estat un dels artífex del canvi que ha sofert l'equip en les darreres jornades, considera que cada vegada les possibilitats de salvació del Nàstic són



Mingo, en una imatge quan era al Betis (L'ADBM)

més properes. Amb tot, el jugador no ho atribueix a un canvi d'actitud dels jugadors de la plantilla tarragonina. "Més que canvi d'actitud, ho ha estat de resultats, perquè sempre hem donat la talla excepte en alguns partits puntuals", diu 'Mingo', que afegeix que "ara és el moment en el qual ens surten millor les coses, i això estimula a tots".

En tot cas, reconeix que l'arribada de resultats ha tingut incidència en l'equip perquè "potser fa mes i mig s'havia perdut la il·lusió, i ara aquests resultats contagien, i estem esperançant que no sigui massa tard, perquè queda molt. No sé si serà miracle, però tal com s'havien posat les coses, ara cal fer-ho tot molt bé perquè encara hi ha temps i hi ha opcions".

Sot de Bocs obre el cicle de passejades pel Montnegre

REDACCIÓ. **Sant Celoni** Una sortida guiada pel Sot de Bocs, aquest diumenge, a les 10 del matí, des de l'estació de Renfe de Sant Celoni, donarà inici al cicle de passejades pel Parc del Montnegre Corredor. En aquest cas, es recorrerà la Sureda de Ramis, la Font de Bocs, la Serra de Bocs i es retornarà fins al punt de partida a l'Estació de Sant Celoni. La durada de la caminada serà d'unes tres hores.

Les sortides seran dissenyades i guiades per l'Escola de Natura amb l'objectiu de donar a conèixer el patrimoni natural. D'entre les 18 sortides que s'han programat a Llinars del Vallès, Sant Celoni, o Vallgorguina, a més de la de Sot de Bocs, hi ha "El Montnegre més feréstec: sots de can Presses", el dissabte 28 d'abril, i "Els banyants del Montseny en bicicleta", diumenge, 10 de juny. Les sortides, que són gratuïtes i obertes a tothom, tenen una durada de 2 a 4 hores i estan guiades per un expert coneixedor del territori que ajuda els participants a interpretar i comprendre els paisatges i a descobrir racons amagats del parc i els seus municipis. Per participar-hi tampoc és necessari fer una inscripció prèvia.



La prova combina el jòguing amb la bicicleta (L'ADBM)

Arbúcies acull diumenge la primera Duatló popular

REDACCIÓ. **Arbúcies** Dins el programa "Esport x Tothom", Arbúcies acull aquest cap de setmana el primer Duatló popular, que començarà a les 9 del matí de la zona esportiva de Can Pons. El Duatló és una modalitat esportiva que combina la cursa a peu amb la bicicleta.

Per a aquesta primera edició, s'han establert dos recorreguts. El primer serà sènior, de 5 quilòmetres de jòguing, 12 de bicicleta i 2 quilòmetres més de jòguing. El segon, infantil, consistirà en 2,5 quilòmetres de jòguing i 10 quilòmetres de bici-

cleta. Aquesta prova infantil està adreçada a infants de fins a 10 anys.

Inscripcions

Les inscripcions per participar en el primer Duatló popular es podran fer una hora abans de l'inici de les proves. En el cas de la sènior, el preu és de 7 euros, mentre que en la infantil el preu és de 4 euros. L'organització inclou una assegurança per a tots els inscrits i, a més, al final de la cursa oferirà un obsequi per a tots els participants i una botifarrada.