

RUTA INTERNACIONAL



EL TROTA YA HA INICIADO SU VUELTA AL MUNDO

■ El afamado luchador gran-canario Juan Francisco Espino, El Trota, ya ha iniciado la vuelta al mundo con la que pretende familiarizarse con distintas disciplinas relacionadas con los deportes de contacto para, posteriormente y a su llegada, impartir docencia a sus alumnos en Gran Canaria. En sus primeros pasos, por el continente europeo, El Trota ha visitado Holanda, Lituania y Suecia, países en los que ha sido acogido por primeras figuras de diversas modalidades autóctonas como Frank Muñoz, Attila Veght, campeón mundial de MMA, o Melvin Manhoef leyenda del Kick boxing, que le acogió en Amsterdam. Culminadas estas etapas, ahora emprende periplo por Tailandia, Japón y Australia. En Oceanía estará algunas semanas gracias a los numerosos contactos que tiene allí y con los que podrá ejercitarse de manera específica y con todo tipo de comodidades. «Estoy muy ilusionado con esta faceta itinerante», destaca entre aeropuerto y aeropuerto.

BALONMANO ■ ROCASA GRAN CANARIA ACE

Comienza un proyecto lleno de ambiciones

» TRAS EL CETRO EUROPEO, LOS OBJETIVOS SON MÁXIMOS

El Rocasa Gran Canaria ACE comenzaba ayer la pretemporada, a falta de las incorporaciones de la internacional cubana, Lisandra Lussón, que llegará en unos días, Silvia Navarro, a la finalización de los Juegos Olímpicos, y Sayna Mbengue que aterriza hoy.

CANARIAS7 / TELDE

La plantilla se puso en marcha recibiendo las indicaciones de Antonio Moreno, entrenador para la presente temporada y las incorporaciones de Ana María Hamcluc y Arinegua Pérez, jun-

to a las juveniles Alba Jiménez, Omahira Martín, Evelyn Torres y Laura Mendoza.

La primera sesión de entrenamiento fue una intensa tarde marcada por sesiones de resistencia, fuerza, jugadas de ataques y defensas y finalmente un partidillo entre las propias jugadoras.

Estas dos próximas semanas el equipo tendrá doble sesiones de entrenamientos donde por las mañanas contarán con sesiones de gimnasio y por las tardes serán convocadas para las sesiones dirigidas por el cuerpo técnico.

Los retos que se abren para las jugadoras pasan por pelear la Liga Loterías y tratar de revivir el cetro europeo conquistado el año pasado con la Copa EHF. La ilusión que van a poner en todos los frentes se palpa desde el primer momento y, a la espera de poder contar con todo el bloque, el cuerpo técnico quiere empezar a perfilar una puesta a punto en la que, como es tradición, la disputa de los primeros partidos amistosos irá marcando la pauta a seguir. La rutina, de momento, es eminentemente de carácter físico.



Puesta a punto. Imagen de la plantilla ayer, antes de iniciar el trabajo.

press reader Printed and distributed by PressReader
PressReader.com • +1 804 278 2604
CONTENT AND PAGES NOT BE SUBJECT TO APPLICABLE LAW