

El ex-jugador dio una serie de consejos a los jóvenes de los equipos base

El espíritu deportivo de Enric Masip

DANI AGUDO

El campeón de seis copas de Europa, **Enric Masip**, atrajo ayer toda la atención de las jóvenes promesas del Balonmano de Les Franqueses. Alrededor de 50 chavales de los equipos base de Balonmano pudieron disfrutar de los consejos y las lecciones de deportividad del exjugador del FCBarcelona. Los pequeños escucharon con atención todos los consejos del astro del Balonmano.

Masip hizo un completo repaso de todos los aspectos que deben cuidar los jóvenes que quieren acceder a la élite del deporte profesional. Y no sólo eso, sus consejos para conseguir una vida sana también podrían ser de interés para los que se apoltronan fácilmente en el sofá de casa.

Masip habló de la mentalidad que debe guiar a los depor-



Masip: "Yo siempre les explicaba mis problemas a mis padres"

tistas, y aleccionó a los jóvenes con valores que han sido de gran importancia en su vida. "Yo siempre les explicaba mis problemas a mis padres", explicó, "ellos siempre os darán el mejor consejo". Quien fue jugador del BM Granollers antes de fichar por el Barça, también aprovechó para alertar a los muchachos que se alejaran de los ni-

ños que les ofrecen tabaco.

La alimentación de los más pequeños siempre es motivo de preocupación. **Enric Masip** explicó que los deportistas "han de cuidar muchísimo la alimentación". Comer mucha verdura, mucha fruta y poca bollería, son consejos "de una persona que quiere estar sana", afirmó. **Enric Masip** también habló de la die-

ta de los jugadores antes de los partidos, "se come pasta y carne en las comidas, y por la noche verdura y pescado".

A nivel deportivo persuadió a los muchachos sobre los efectos nocivos de las sustancias dopantes. "Los productos dopantes se han de rechazar. Mi cuerpo tiene un límite y si se supera ese límite se puede romper". **Masip** recalcó la importancia que tiene el cuidado del cuerpo, pues si "tomas algo que fuerza más tu cuerpo a la larga acaba siendo malo". Otra parte del cuerpo que también tiene importancia -aunque pueda parecer lo contrario- es la boca. El exjugador estrella del Balonmano explicó a los chavales que "muchas lesiones musculares son culpa de la falta de higiene bucal".

El alcalde de Les Franqueses, **Francesc Torné**, agradeció al heptacampeón de la liga Asobal que enseñara a los más jóvenes "su mentalidad de persona luchadora". Sus valores, añadió, "son un enriquecimiento personal y colectivo". El acto acabó con fuertes aplausos para la estrella del Balonmano, que no se fue sin antes firmar en el libro de honor de Les Franqueses.

MÒDULS DIVERSOS

MIRIAM. Presente y futuro a través de Tarot-Rituales de magia, limpiezas-corte de negatividad, etc. ¿Conoces el Feng-Shui y las Terapias Regresivas? *Infórmate de 15 a 20 h. al*
93 879 16 51

Como conocerte!
Troba la teva parella avui!
Una persona sincera i especial, que desitgi una relació seriosa. truca ara.
Tel. 93 459 10 21 - 93 459 08 95
www.comoconocerte.com

AUTOCAD
Si vols aprendre a dibuixar amb Autocad, truquem, dono classes particulars.
MOLT PERSONALITZAT
2D I 3D
Tel. 666 783 577
(MANEL)

VIDENTE BAH Le ayudará en toda clase de problemas (salud, amor, problemas de pareja, enfermedad, trabajo, mal de ojo, problemas familiares, etc.). No dude en consultar.
Tel. 696 45 80 66

SE OFRECE AUTÓNOMO para trabajos de:
• Electricidad general • Reformas de pisos • Instalaciones nuevas en locales y viviendas
Tel: 620 37 37 23 Vicente

SE VENDE
RENAULT MEGANE
Rojo. 2.0. 16V. 136 cv. 21.000 km. Con muchos extras. Precio: 13.200 €. *Tel. 93 870 82 08*

SE OFRECE CHICA BOLIVIANA DE 30 AÑOS, PARA TRABAJOS DOMÉSTICOS, CUIDAR NIÑOS, ANCIANOS O ENFERMOS.
Tel. 687 134 297 (Juvita)

MUDANZAS
CAMIÓN DE 3500 KG Y 3 OPERARIOS 50€ Hora
SABADO Y DOMINGO 60€ Hora
SALIDA MÍNIMA 4 HORAS
no se torture ni se haga daño con su mudanza nosotros hacemos el trabajo por usted
T.610-558-536 · T.645-456-015

SE OFRECE SEÑORA para realizar faena de limpieza y planchado en el hogar con seriedad.
Cristina. 697 23 89 02

INSTALACIONES:
• Calefacción • Gas
• Aire acondicionado
Tel. 93 846 36 75

EMPRESA DE REFORMAS
Le ofrecemos todo tipo de servicios para rehabilitación de pisos, oficinas, casas.
Trabajo con seriedad y garantizado.
Tel. 697 569 588 David

DELINEACIÓN AUXILIAR ELÉCTRICA
• Diseño circuitos impresos en base a esquemas teóricos
• Dibujo y serigrafía de sinópticos y carátulas
• Delineación esquemas eléctricos, electrónicos, unifilares.
Tel. 93 842 09 87

DE PARTICULAR A PARTICULAR SE VENDE FURGONETA
De año y medio. Marca FORD-TRANSIT CONNECT/65 - 1.8 TDDI, 75, matrícula CTH, color rojo, equipamiento: ajuste lumbar, A.A., Radio.1000, retrovisor eléctrico, con techo mampara, p. antiniebla, vaca especial de carga, con 21.000 Km., dos plazas, garantía Ford de 13 meses. (Precio 11.450 Euros).
Tels. 660 066 871
669 881 733 (por las tardes)

PINTOR PROFESIONAL
ECONÓMICO, LIMPIO y RÁPIDO.
David Sigler
Tel. 669 90 92 40

PINTOR PROFESIONAL
Pinta pisos completos por 360 €
50 m2 aprox., cornisas, esmaltados, estucados y habitaciones de colores.
Francisco 606 80 43 40

MUDANCES · GUARDAMOBLES
NOU SERVEI: LLOGUER D'ELEVADORS MUNTAMOBLES
ANT JORDI
Pressupostos sense compromís
GRATIS 1 MES DE GUARDAMOBLES
Tel. 93 865 28 06 · Fax 93 865 29 11
Tel. mòbil 639 36 72 76 · 639 36 72 77
www.santjordis.com
E-mail: sant-jordi@arrakis.es

S'OFEREIX NOI PER TREBALLAR D'AUXILIAR D'ODONTOLOGIA
Tel. 93 867 38 03

SE TRASPASA BAR RESTAURANTE EN POL. INDUSTRIAL
En Parets del Vallés. En pleno funcionamiento, equipado y con vivienda.
Tel. 628 71 65 02
Tel. 686 53 00 88
Preguntar por Isidor o Elena

VIDENTE Soluciona sus problemas de amor, negocios, futuro, vuelta inmediata y definitiva de la persona amada, problemas familiares, impotencia sexual. Trabajo sobre foto. Llámeme para cualquier problema. Resultados inmediatos. *Tel. 676 26 53 10*