



Gegants de Casablanca, una colla jove amb molta empenta

L'entitat va iniciar el seu camí ara fa tres anys

La colla de Geganters i Grallers de Casablanca complirà aviat tres anys. És, doncs, una colla jove però amb l'empenta que dóna la il·lusió. La idea de crear una colla de geganters va sorgir d'alguns components del grup de Diables de Casablanca. Superats els inicis, que sempre són durs, la colla va començar a caminar amb pas segur i va «parir» els seus símbols: el gegant Manuel i la geganta Blanca. Manuel representa el caràcter obrer del barri i Blanca deu el seu nom a una antiga casa de color blanc que també va donar el nom al barri.



La colla de Gegants de Casablanca es va constituir ara fa uns tres anys

la cultura popular catalana en un barri de majoria immigrant, a més de fomentar l'associacionisme amb projecció de ciutat i impulsar la participació ciutadana en les festes populars», assenyala el president de l'entitat, Antonio Galindo. Entre les seves principals activitats hi ha la participació a les festes de barri (a mitjan juliol) i a la Festa Major, a més de la vida

sociocultural del municipi i d'arreu Catalunya.

Un cop consolidada com a colla, el seu principal pla de futur és seguir el camí dels seus objectius i convertir-se en un referent de la cultura popular catalana al barri.

Aquesta colla, formada per 40 persones de totes les edats, va néixer amb un clar objectiu: «difondre

Marianao fa una maratón de la solidaritat

El passat 14 de desembre Marianao va ser escenari de la Marató de la Solidaritat, una iniciativa que s'emmarca en el Pla de Desenvolupament Comunitari del barri. L'activitat va consistir a fer diverses proves en equip als diferents casals i entitats del barri. Les proves es van coordinar des de l'emissora Ràdio Marianao. No era una prova competitiva, sinó que es tractava de generar una dinàmica de coneixença de les entitats solidàries del barri. Després de la gincana va tenir lloc la Festa de la Solidaritat a l'equipament municipal de l'Olivera.



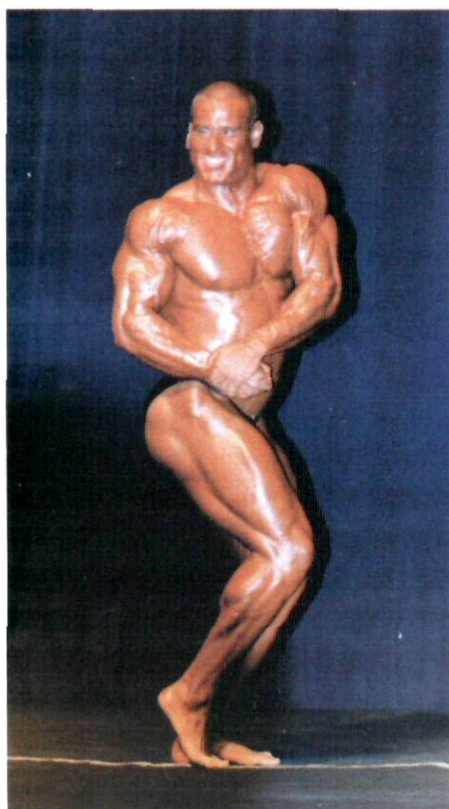
Sabíeu que...



Un culturista de Sant Boi es el nuevo campeón del mundo júnior

El campeón del mundo júnior de culturismo es un joven deportista de Sant Boi. Vive en el barrio de Marianao, tiene 22 años y ni un solo gramo de grasa. Sus 'medidas' desconciertan: 1.73 m de altura, 45 cm de brazo, 123 cm de contorno de pecho y 101 kg de peso (el día del campeonato, en la fotografía, sólo 91.3 kg). Pero lo más sorprendente es su dieta.

Óscar Fernández Sánchez consume diariamente 1 kg de pollo, 300 g de ternera, otros 300 g de pescado, medio kilo de arroz y mucha fruta. El objetivo es... perder peso. No es un error: su entrenamiento es tan exigente y su masa muscular tan compacta que necesita un



aporte de calorías muy superior al del común de los mortales. Así las cosas, su cesta de la compra vale más de 500 euros.

«Y con eso llego a pasar hambre», afirma Óscar, quien a la vuelta del Campeonato del Mundo de la WPF 2002, celebrado en noviembre en Montpellier, engordó seis kilos en tan solo cinco días por el simple hecho de haber relajado su ritmo de entrenamiento. El campeón santboiano levanta diariamente entre 6 y 10 'repeticiones' de pesas de potencia, más unas 15 series por cada grupo muscular.

Óscar asegura que para todo eso hace falta, en primer lugar, un

carácter muy especial. Él mismo, que empezó a practicar el culturismo a los catorce años, lo define así: «Ser muy paciente y tener mucha voluntad. Hay quien lo comprende, y hay quien no.»

Genética y músculos

Y luego hacen falta también unas condiciones genéticas privilegiadas: «Tengo facilidad para desarrollar masa muscular; cintura estrecha, músculos redondos y bombeados y clavículas anchas». En Montpellier, Oscar cumplió mejor que nadie con todos los requisitos. Ahora descansará un año entero para ganar volumen muscular y poder competir con opciones en el mundial sénior del año 2004.