

Fútbol | Preferente

Siero **4**
Tapia **0**

Siero: Pablo, Bruno, Robert, Trubi (Patón, min. 77), Adolfo, Herrero, Mario, Abel (Fran, min. 68), Saha (Bruno Alvés, min. 66), Yeray y Jorge Valiente (Sariego, min. 73).

Tapia: Piñera, Manu Gión (Edu, min. 40), Alex, Borja (Chechu, min. 68), Jandro, Martín, Michu (Lin, min. 46), Marcos, Diego, Javi (Eloy, min. 12) y Chini

Goles: 1-0. Min. 5: Yeray; 2-0. Min. 9: Saha; 3-0. Min. 61: Jorge Valiente; 4-0. Min. 90: Mario

Árbitro: Ladreda Mochales, de Oviedo. Amonestó por los locales a Bruno y Saha y por los visitantes a Manu Gión.

El Bayu: 70 espectadores.

Un partido fácil para el Siero que ya sentenció en el 9 cuando logró el segundo gol. En el primero Yeray se aprovechó de un centro al área. En el segundo es esta vez Yeray quien centra para que rematara Saha de cabeza. El 3-0. una pared entre Jorge Valiente y Yeray y en el cuarto Mario aprovecha el fallo de un defensa visitante para redondear la goleada. Sin duda uno de los jugadores claves del partido fue Yeyay que, además de marcar el primer gol, intervino en otros dos para darle la victoria al Siero que afianza su segunda posición en la tabla, mientras que el Tapia mantiene su posición cómoda, informa CARBAJAL.

Tineo **1**
Valdesoto **1**

Tineo: Javi Menes, Imanol, Jonás, Labrador, Marcos Suárez, Jesús, Edu (Víctor, min. 79), Pablo (Juan, min. 46), Oscar Pantín (Mateo, min. 46), Sergio y Juanín.

Valdesoto: Iván, Cris, Vizcaino, Pablo, Imanol, Juan, Humberto, Kaice (Mario, min. 72), Israel (Zeús, min. 71), Diego y Esteban (Garri, min. 67).

Goles: 0-1. Min. 11: Diego; 1-1. Min. 56: Juanín.

Árbitro: Fernández García, de Oviedo. Amonestó por los locales a Imanol, Labrador, Marcos Suárez y Edu y por los visitantes a Vizcaino, Juan, Israel y Barri.

Municipal de San Roque: 120 espectadores. Se jugó con un balón donado por el "Casa El Sastre", de Noreña.

Tineo y Valdesoto demostraron el motivo por el que los dos equipos están clasificados en los puestos altos. Realizaron un encuentro muy bonito para el espectador. La primera parte fue muy igualada y en la segunda hubo superior el Tineo que dispuso de algunas ocasiones. En cualquier caso puede considerarse un resultado justo. El gol del Valdesoto fue de los considerados "fantasma". Un balón que pegó en el larguero y botó en la raya. Lo señaló el auxiliar que entenció que había botado dentro. El gol del Tineo fue un pase desde la banda de Juan a Juanín que disparó cruzado.



Una acción del partido Rayo Carbayín-Llanera. | FERNANDO RODRIGUEZ

Rayo Carbayín **3** **Llanera** **1**

Rayo Carbayín: Dani, Santi, Choqui, Gelu, Josín (Martín, min. 66), Chule (Pule, min. 70), Yeyo; Saso, Mario (Carlos, min. 56), Maverick (Oli, min. 58) y Rascón.

Llanera: Gabrín, Josín, Vázquez (Cris Alonso, min. 57), Santi, Miner (Charli, min. 75), Bus-ti, Cris, Diamé. Pajín, Chus (Rolfi, min. 80) y Collar (Sergio, min. 66).

Goles: 1-0. Min. 44: Chule; 2-0. Min. 50: Saso; 3-0. Min. 81: Pule; 3-1. Min. 85: Sergio.

Árbitro: Alvarez Vaquero, de Avilés. Amonestó por locales a Santi y por los visitantes a Gabrín.

El Terreru: 80 espectadores. Se Llagar El Güelu, de Pruvia.

Victoria justa del líder, que recupera sus triunfos en una temporada brillante. el Llanera no ofreció mucha resistencia, especialmente en la primera parte, informa JOSE.

Candás **1**
San Martín **2**

Candás: Fran; Samuel, Ramón, Nico (Nano, min. 50), Enol, Viti, Óscar, Valeriano (Kaki, min. 54), Román, Carlos (Junior, min. 54) y Vítel.

San Martín: Oleg; Javi, Kinos, Dani, Jordán, Israel, Dani B. (Diego, min. 80), Rubo (Miguel, min. 80), Roi, Marcos (Elio, min. 76) y Marcos Palacios (Cristiano, min. 70).

Goles: 1-0, min. 6: Vítel. 1-1, min. 37: Marcos Palacios. 1-2, min. 90+1: Roi.

Árbitro: Cano Turienzo (Delegación de Oviedo). Expulsó a Enol, por doble amonestación (min. 92+2). Tarjetas, por el Candás, a Valeriano, Román y Vítel; y por el San Martín, a Dani B., Roi y Jordán.

La Mata: Unos 200 espectadores.

Un gol de última hora de Roi, cuando el partido parecía abocado al empate, dio un triunfo a un San Martín que sigue su escalada hacia la zona de ascenso. El Candás se adelantó pronto con el gol de Vítel, que resolvió desde el punto de penalti un barullo. Respondió el San Martín con dos oportunidades, de Marcos Palacios y Marcos, que desbarató Fran. El premio para el equipo visitante llegó antes del descanso, tras un centro de Marcos que mandó a la red Marcos Palacios. Cuando parecía que el 1-1 era inamovible, en el descuento, Roi remató un centro de Cristiano, informa José MANUEL.

Colunga **1**
Raíces **0**

Colunga: Jano, David, Hugo (Iván, min. 46), Israel, Jorge, Tete (Raúl, min. 46), Rubén, Manu, Busta, Rubén Menéndez y Santiago..

Raíces: Marcos, Joel, Alonso, pep, Pichón, Torres (Mario, min. 85), Luciano, Iván, Oscar, Damián (Mario, min. 90) e Iñaki (Maikel, min. 73).

El gol: 1-0. Min. 90: Busta.

Árbitro: Pérez Albuerno, del Nalón. Expulsó a los visitantes Iván (min. 44) y a Alonso (min. 90), en ambos casos por dos tarjetas amarillas, y amonestó por los locales a Iván, Rubén Menéndez, Raúl, Busta y Jano y por los visitantes a Damián y Mario

Santianes: Cien espectadores.

El Colunga, con un gol de Busta a balón parado en el último minuto, consiguió una victoria importante para mantenerse en los puestos altos de la clasificación y mantener el ritmo de sus antecesores en la tabla, que también lograron resultados positivos. El Raíces, pese a ocupar el último puesto de la clasificación, se cerró muy bien complicándole el partido a los locales e incluso tuvo en varios contragolpes ocasiones para adelantarse en el marcador. No fue un partido brillante, aunque si emocionante por lo incierto del marcador, informa BORJA.

Navarro **3**
Turón **2**

Navarro: Matabuena (Pablo, min. 91), Uría, Ramón, Diego, Guardado, Castaño, Fontán (Edu, min. 66), Rubén, Xenxo, David (Muñiz, min. 81) y Roscales (Bolaño, min. 87).

Turón: Michi, Adrián, Nahuel, Oscar Vallina, Mon, Pablo Iglesias (Rubén, min. 46), Jairo (Sergio, min. 46), Pelayo, Morilla, Javi (Monkas, min. 46) y Vivo.

Goles: 1-0. Min. 22: Castaño; 1-1. Min. 58: Rubén; 2-1. Min. 72: Vallina, en propia puerta; 2-2. Min. 89: Vivo. 3-2. Min. 94: Guardado, de penalti.

Árbitro: Díaz Valdés, de Gijón. Expulsó a local Ramón, por dos amarillas (min. 70). Amonestó por los locales a Castaño y Edu y por los visitantes a Adrián, Javi, Sergio y cuando había finalizado el partido a Vivo por protesta, al entrenador del Navarro y al delegado del Turón.

Tabiella II: Unos cien espectadores.

Encuentro muy disputado. El primer gol llega al lanzar David un corner y remata Castaño. El primer empate, Rubén de cabeza en otro corner de Vallina; el tercero, Vallina, en su propia meta en un centro de Xenxo. Vuelve a empatar el Turón en un taconazo de Vivo y en el descuento Xenxo es derribado en el área por el portero y Guardado marca el penalti, informa José Luis ALVAREZ.

Boal **0**
San Claudio **0**

Boal: Carlos, Vity (Lente, min. 62), Patxi, Pedro, Pedrín, David, Bruno, Iván (Cajós, min. 78), Orly (Hugo, min. 74), Isaac y Rubo..

San Claudio: Cima, Adri, Viti, Dani, Pelayo, Manu (Iván, min. 83), Marcos, Pablo (Berto, min. 70), Gonzalo, Darío (Juan Antonio, min. 75) y Granda (José María, min. 65).

Árbitro: Rivera Pérez. Amonestó por los locales a Rubio, Isaac, Iván, Lente y a Orly, este último tras finalizar el partido, y por los visitantes a Dani, Viti, Granda y Juan Antonio..

Llaviada. 70 espectadores.

Empate en un encuentro en el que los dos equipos no aprovecharon sus oportunidades y que se alternaron el dominio. En el primer tiempo el Boal en el minuto 7 ya llevaba tres ocasiones claras para batir a Cima en las botas de Orly y Pedrín. Los locales siguieron disponiendo de ocasiones hasta el descanso sin que las aprovecharan. En el segundo periodo las oportunidades fueron para el San Claudio, especialmente dos de ellas que fallaron a puerta vacía. La anécdota estuvo en el minuto 63 cuando el árbitro señaló un penalti a favor del Boal, de cuya decisión se retracta al consultar con su auxiliar ya que este había señalado fuera de banda previamwente. El Boal sigue sin acertar ante la puerta rival y sus oportunidades de salvación siguen disminuyendo por lo que tendrá que tratar de darle la vuelta a la situación en este último tercio, informa CESAR.

M. Morcín **3**
Comercial **1**

Madalena Morcín: Saúl, Rafa, Pablo, Ayala, Alejandro, Carlos (Rubén, min. 67), Miguel, Carly (Adrián, min. 82), Esteban, Felipe (Chamo, min. 87) y Guille.

Comercial: Juan Manuel, Pelayo, Ricardo (Antonio, min. 87), Raúl, Pelayo Rodríguez, Alejandro, Diego, Noé (Pedro, min. 74), Jonhatan, Jostín (Andrés, min. 63) y Javier (Alejandro Jesús).

Goles: 1-0. Min. 53: Esteban; 1-1. Min. 68: Javier; 2-1. Min. 84: Guille. 3-1. Min. 87: Miguel, de penalti.

Árbitro: Suero Rodríguez, de Avilés. Amonestó por locales a Guillermo, Carlos, Alejandro y Rubén y por los visitantes a Raúl, Jonatan y Juan Manuel.

Santa Eulalia: Unos cien espectadores.

Pocas ocasiones en la primera parte en un partido en que el Madalena Morcín logró una victoria muy importante para tratar de salir de las últimas posiciones. En el segundo tiempo el equipo local fue superior al Comercial, pese a que poco después del primer gol llegó el empate. El Madalena Morcín resolvió con eficacia en los últimos minutos, primero con un tanto de Guille con el que se volvían a poner por delante en el marcador y poco después con el penalti lanzado por Miguel, que hizo el portero visitante sobre el delantero Esteban.

Luarca **1**
Muros **0**

Luarca: Viti, Pepe (Diego, min. 88), Lastra, Isma, Fanjul, Iván, Efrén, Borja, Adrián (Asier, min. 95), Alberto Medio (Queipo, min. 93) y Raúl.

Muros: Iván Llamas, Millán, Davo, Marcos (Lastra, min. 65), Diego, Romero (Chechu, min. 25), Carlos, Gabri, Boli, Asiel (Robert, min. 73) y Torres.

El gol: 1-0. Min. 15: Raúl.

Árbitro: Nuñez del Reguero, del Nalón. Amonestó por los locales a Pepe, Iván, Borja y Alberto Medio y por los visitantes a Carlos y Robert.

La Veigona. Unos cien espectadores.

Partido malo por ambas partes entre dos equipos muy necesitados de puntos y marcado por el fuerte viento, con pocas ocasiones de gol. En realidad los visitantes no dispararon a puerta en todo el encuentro. La única acción destacada del primer tiempo fue el gol: Efrén rompe el fuera de juego y llega al fondo del campo para dar el pase de la muerte y Raúl, quien marca sin problemas. En el segundo tiempo destacan una acción de Alberto Medio que se queda sólo pero Iván Llamas hace lo justo para evitar el tanto. Y otra de Adrián que lanza fuera en una buena oportunidad. Resultado justo en un partido de escasa calidad y poco entretenido, informa FRAN.

Nutrición y Salud

Una guía visual que explica de forma clara cómo podemos prevenir enfermedades, mejorar nuestra calidad de vida y nuestros hábitos sólo cuidando nuestra alimentación

