

Henry Martin
mandó
indirecta al
América sobre
su renovación

En conferencia de
prensa previa al
Clásico Nacional, el aún
delantero azulcrema
habló sobre su futuro,
y el deseo por disputar
con las Águilas más
torneos.

La tarde de este miércoles 06 de marzo, las Águilas del América visitara a las Chivas para arrancar con una serie de tres clásicos, (en 10 días) que le deparan a todos los aficionados del fútbol mexicano. Si bien es cierto que dos de ellos corresponderán a los Octavos de final de la Concacaf Champions League, la tradición y rivalidad que les precede a ambos equipos, son suficientes para adjudicarles el mismo nivel de

importancia como si de Liga MX se trataran. Bajo este mismo contexto, y en vista de las especulaciones que genera el tener tres veces el partido más llamativo e importante de México, hay un tema en especial que por encima de enfrentar al Rebaño, preocupa a la afición Azulcrema en estos días; la posible no renovación de Henry Martin para los próximos años, pues al atacante azteca solo le resta este semestre de contrato.

Dicho lo anterior, fue la propia 'Bomba Yucateca' quien aprovechó la conferencia de prensa previa al primero de los Clásicos Nacionales, para destacar sutilmente que le gustaría mantenerse con el Club de Coapa, pues aunque no lo expresó textual, dejó claro que buscará cumplir el sueño de disputar Mundial Clubes con el América; torneo que en todo caso, se jugaría tiempo después de la fecha límite para su renovación.

SECCIÓN B

MIÉRCOLES 6 DE MARZO DE 2024

LIGA MX

Monterrey lidera Ranking de Clubes de la Concacaf

La Confederación
norteamericana entregó el
listado con los mejores equipos
de la zona. Seis del Top-10
pertenecen a la Liga MX.

Vaya noticias para el Fútbol Mexicano, pues aún y con los recientes años a sus espaldas en donde parecía que la Major League Soccer comenzaba a dominar en cuanto a nivel y calidad, la tarde de este martes 5 de marzo, fue la propia Confederación de Fútbol de la Asociación del Norte, Centroamérica y el Caribe, mejor conocida como Concacaf, aquella que entregó un listado con los 10 mejores equipos de la zona en la actualidad.

Golpe de realidad que posicionó a seis equipos pertenecientes a la Liga MX en dicho listado, por solo cuatro de la MLS. Lo más sorprendente del caso, es que el Club de moda, el conjunto que acaparó los reflectores desde la llegada del astro argentino, Lionel Messi, así como de sus compañeros en el FC Barcelona Luis Suárez, Sergio Busquets y Jordi Alba, no apareció en el registro.

¡Así como lo leen! El Inter Miami brilló por su ausencia dentro de los mejores de la región, y en su lugar, dejó al Philadelphia Union, Columbus, Orlando City y Los Angeles FC, como aquellos que representaron en esta ocasión al fútbol estadounidense. Vale la pena mencionar que el primero de ellos se aparece hasta la cuarta casilla, por lo que tres equipos aztecas se llevaron el uno, dos y tres del ranking.

¿Qué equipos de la Liga MX están en el top 10 de la Concacaf?

El listado lo encabeza Rayados de Monterrey, equipo que de momento marcha invicto en el Clausura 2024, así como en Concacaf Champions League; seguido por las Águilas del América y como terceros, los Tigres de la UANL. Los equipos antes mencionados son aquellos que han dominado el torneo local en últimos años, por lo que no sorprende su ubicación y acomodo.

El resto de la plantilla, la completan el Philadelphia Union como cuartos, los Tuzos de Pachuca, Club León y Las Chivas del Guadalajara como quintos, sextos y séptimos respectivamente, para que Orlando City y Los Angeles FC del también mexicano Carlos Vela, terminen por cerrar los primeros 10 puestos.



CONCACAF CLUB RANKING			
TOP 10 CLUBS			
1		MONTERREY (MEX)	1,250
2		AMÉRICA (MEX)	1,248
3		TIGRES (MEX)	1,234
4		PHILADELPHIA (USA)	1,218
5		PACHUCA (MEX)	1,215
6		CLUB LEÓN (MEX)	1,209
7		GUADALAJARA (MEX)	1,208
8		COLUMBUS (USA)	1,206
9		ORLANDO CITY (USA)	1,204
10		LOS ANGELES (USA)	1,204

AS OF FEBRUARY 6, 2024

LIGA MX

André Jardiné: “No nos sentimos favoritos”



El entrenador
brasileño dejó en
claro que dentro del
equipo no hay exceso
de confianza por
enfrentar a Chivas.

Una nueva edición del Superclásico del fútbol mexicano se vivirá, pero en esta ocasión en la ronda de los cuartos de final de la Concacaf Liga de Campeones en donde América y Chivas buscarán su boleto a las semifinales. Previo al juego, el entrenador de las Águilas, André Jardiné, aclaró que dentro del no hay exceso de confianza a pesar de que los aficionados los ponen como favoritos.

“Todos los Clásicos reciben atención

y exigencia máxima. No hay secretos, estoy en un gran club, con grandes jugadores que nos ayudan a triunfar en partidos importantes que tomaremos con máxima seriedad. Exceso de confianza no existe en ningún momento en América, respetamos a todos los rivales. Ahora no será diferente, lo del favoritismo es tema de prensa y afición, nunca nos sentimos favoritos en partidos como este, en Clásicos no existen favoritos”, comentó el sudamericano en conferencia de prensa.

“En el último partido que ganamos 4-0, pasa por circunstancias, lo mencioné, estos partidos difícilmente terminan con resultados así, normalmente son cerrados. No quiero generar ninguna expectativa y tenemos que estar preparados para un partido durísimo”,

explicó.

“Chivas es un equipo que sigo desde que estoy en México, es un equipo con una característica muy clara, es dinámico, intenso, ataca con muchos jugadores, tiene laterales profundos, tienen sectores con mucha sincronización, tienen jugadores con jerarquía, vienen buscando una identidad que ya tiene su tiempo, formas con un nivel interesante. Los respeto bastante, va a buscar ser agresivo, será una pelea de dos equipos que querrán imponerse en su cancha”, agregó.

Cabe mencionar que el juego de ida se jugará este miércoles en punto de las 21:00 horas, mientras que el partido de vuelta se llevará a cabo el miércoles 13 de marzo a las 8:30 de la noche en la cancha del Estadio Azteca.

10 BENEFICIOS DE HACER EJERCICIO

La actividad física regular fortalece el cuerpo y ayuda a disminuir el riesgo de enfermedades. Conoce algunos de sus principales beneficios.

1 Reduce el riesgo de muerte prematura
Reduce el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, presión arterial alta, colesterol y el riesgo de desarrollar cáncer del colon, de mama o próstata al regular los niveles hormonales.

2 Menor riesgo de desarrollar diabetes
Ayuda a mantener un nivel saludable de azúcar en la sangre, aumentando la sensibilidad de las células a la insulina. Aumenta el colesterol bueno (HDL) y disminuye los triglicéridos.

3 Alivio emocional
Reduce la depresión, la ansiedad y el estrés. Mejora la sensación de bienestar general y el desempeño en el trabajo y actividades sociales.

4 Mejora la respiración
Y la función cardiovascular, aumenta el consumo máximo de oxígeno, mejora el suministro de sangre a los músculos, disminuye el pulso y la presión arterial.

5 Músculos sanos
Mejora la flexibilidad y la fuerza muscular, de tendones y ligamentos.

10 Mejora la vida sexual
Disminuye los problemas de disfunción eréctil y mejora la condición física.

9 Dormir bien
Provoca un sueño mas profundo que permite tener mejor concentración en el día y aumentar la productividad y estado de ánimo.

8 Se queman calorías
Para mantener su peso ideal y de esta forma se sienta y luzca mejor.

7 Reduce infecciones
Acelera temporalmente el sistema Inmunológico, aumentando su agresividad o capacidad.

SABÍAS QUE...
El 6 de abril es del Día Internacional de la Actividad Física, establecido por la Organización Mundial de la Salud para difundir los beneficios de esta práctica por lo menos 30 minutos diarios.



NITX

Fuente: vida y salud.com, Dr. Jorge Goldberg, MD FACP, enfuma.salud180.com, consumerreports.org
Investigación y edición: Mónica I. Fuentes Pacheco. Diseño y Arte Digital: Alberto Nava Consultoría

la Mejor 96.5
¡Aquí Nomás!

Noticias por la Radio

CON ARIANNA OLVERA Y JOSÉ LUIS NARANJO

7 A 8 AM

ALICAMEDIOS

© 2024 LAMEJOR96.5FM LAMEJOR96.COM.MEX

Valora tu Vida

¿SABES HACIA DONDE VAS EN EL FUTURO?

A tiempo es mejor para toda la familia.

Jardines de San Juan

311 218 0557

Alica

PHILADELPHIA 0-0 PACHUCA

Insípido empate y Philadelphia arriba con ventaja a la vuelta en Pachuca

Ni Tuzos ni Zolos lograron hacerse daño y dejaron todo para la vuelta de los octavos de Final en Concacaf Champions League.

Partido con emociones de principio a fin, pero sin goles que lograran hacerlas válidas. Philadelphia Union y Pachuca empataron sin goles durante el primer juego correspondiente a los Octavos de Final de la Concacaf Champions League y dejaron la mesa puesta para que el primero de los clasificados a cuartos se gane el boleto desde el Estadio Hidalgo.

Aproximaciones divididas desde el Subaru Park, pues tanto Tuzos como Zolos llegaron en cantidad similar al arco rival; sin embargo, fue Carlos Moreno quien se hizo grande para mantener su portería en ceros, así como la falta de contundencia por parte de los dirigidos por Guillermo Almada para lograr concretar las llegadas que les surgieron.

La jugada más destacada de la primera mitad, un penal a favor de Pachuca que despertó polémica, luego de no marcarse y haberse observado claramente una mano en la línea que evitó el 1-0. Luego de revisarla en los monitores, hubo otra mano previa, solo que fue del cuadro Albiazul; razón más que suficiente para no contabilizar la jugada y echar todo para atrás.

Para la segunda mitad, fue más de lo mismo. Partido dinámico, de ida y vuelta que se encontraba únicamente a cualquier desatención por parte de alguno para lograr tomar la delantera; en el particular caso de la visita, hubo una jugada en donde los tomaron mal parados, y que por solo ciertos centímetros, no terminó en una alegría para el Union.

Contragolpe gestado en 5 toques, que luego del rechace de Moreno, quedó a plenitud para mandarla a guardar; no obstante, el toque falló en esta ocasión, y todos nos perdimos del que pudo haber sido un auténtico golazo. Todo quedará a manos de lo que ocurra el próximo martes 12 de marzo (18:15 hora centro) desde el Estadio Hidalgo.

ELIGE EL DEPORTE PERFECTO PARA TI

¿QUIERES COMENZAR A EJERCITARTE EL PRÓXIMO AÑO?

No lo dudes, tendrá enormes beneficios en tu salud y tu calidad de vida. Sin embargo, lo difícil no es comenzar, sino continuar ejercitándote al paso del tiempo. Para lograr esto es importante disfrutar de la actividad física que realices.

ALGUNAS RECOMENDACIONES SON:

NATACIÓN/DEPORTES ACUÁTICOS: practicalos si eres distraído o francamente tienes déficit de atención, si tienes mucho estrés o eres nervioso, ya que el agua relaja y ayuda a poner atención en el momento presente, a concentrarse.



DEPORTES EN EQUIPO, COMO FÚTBOL O BÁSQUETBOL: practicalos si eres energético y sociable, ya que el contacto con el equipo es muy agradable y estimula el esfuerzo y la dedicación.



DEPORTES DE COMPETENCIA, COMO TRIATLÓN, TENIS O GOLF: practicalos si tienes una personalidad competitiva, la posibilidad de ganar estimulará tus entrenamientos, tu esfuerzo y concentración en los objetivos.



DEPORTES DE LUCHA, COMO BOX, KARATE O JUDO: practicalos si eres un poco agresivo o iracundo, ya que estas disciplinas te ayudan a aprender normas de autocontrol y disciplina, y al paso del tiempo a bajar tus niveles de agresividad.



EJERCICIO EN CLASES, COMO AEROBICS, PILATES O YOGA: practicalos si eres poco disciplinado o te cuesta trabajo comenzar, tener a alguien que te vaya guiando y motivando puede ser de mucha ayuda. Busca clases de tu actividad física favorita, llega a tiempo y termina la clase.



ORLANDO 0-0 TIGRES

Tigres y Orlando empatan sin goles y lo dejan todo para la vuelta



Monterrey, Nuevo León. Tigres sufrió de más en su visita a Orlando City, trayéndose un empate 0-0, esto por la ida de los octavos de final de la Concacaf Champions Cup. El inicio fue bastante complicado para amas plantillas, no obstante, conforme avanzaban los minutos la localía pisó el acelerador y crearon verdaderos sustos a la meta felina.

Pero la figura de Nahuel Guzmán estuvo fina y al 24 detuvo de gran manera el tiro de Robin Jansson dentro del área, dando rebote para que César Araujo perdone tras otra reacción del arquero felino pero en offside, acción que inició en un supuesto penal de Sebastián Córdova sobre el mencionado Araujo.

Por su parte, Robert Dante Siboldi y compañía no

ahogaron su festejo por el gran corte defensivo de Córdova, que se interpuso al centro de Araujo cuando Nicolás Lodeiro la “saboreaba” en el área; descolgada iniciada por un balón perdido de Gignac.

El mismo dorsal ‘17 auri azul tuvo en sus botines la más clara para su equipo, esto al 70 con un cañonazo al arco desde fuera del área, siendo detenido con el pie por Pedro Gallese en su primera intervención del cotejo. A partir de ahí la situación se volvió a decaer, dejando correr el reloj y la paridad en el primera capítulo de la llave, misma que se cerrará el siguiente martes en el ‘Volcán’.



Con nuestra app

¡todo es más fácil!

Compra tus boletos

Adquiere tu asiento sana distancia

Cambio de origen y destino

Cambio de fecha y hora

y muchas cosas más.

Obtén la app — iOS y android —

Reserva en Call Center 33 3111 8780 33 1526 6794 www.tepicplus.com

MEGA

INTERNET

100 MEGAS

+ TV INTERACTIVA XVIEW+

TU TRIPLE DESDE \$400 AL MES

MEGA YA CAMBIÓ... ¿Y TÚ?

mega.mx

www.biosferanogales.com

Agenda un Tour

Biosfera

PINSA

CENTURY 21
PINSA

Allca

☎ 311.214.18.02
Libramiento Nogales, Tepic.