

## ¿Esperan al 'Canelo'? CMB cancela pelea mandatoria por título de las 168 libras

Debido a que Christian Mbilli y Hamzah Sheeraz no llegaron a un acuerdo, Mauricio Sulaimán anunció la cancelación de la pelea.

Aunque el Consejo Mundial de Boxeo (CMB) había anunciado una pelea mandatoria entre Christian Mbilli y Hamzah Sheeraz para determinar a un nuevo Campeón de las 168 libras; sin embargo, el presidente del organismo, Mauricio Sulaimán, anunció de última hora que se cancelaba dicha pelea.

De hecho, iba a entrar en subasta; sin

embargo, ambas partes ni llegaron a un acuerdo y la pelea tuvo que cancelarse, es por ello que no habrá un campeón de los Supermedianos por el momento, esto luego de que Terence Crawford anunciara su retiro del boxeo y dejara vacante el título.

"El CMB por la presente cancela la decisión del orden Mbilli vs Sheeraz, en consecuencia, la subasta programada para mañana queda cancelada", fue lo que escribió Sulaimán en su cuenta de X, ya que la subasta de la pelea se realizaría este 21 de enero.

Tres de los cuatro organismos del boxeo no tienen campeón y solo la AMB decidió ascender a su monarca interino de las 168 libras. José Armando Reséndiz, como el campeón absoluto de la división, mientras que el CMB, FIB y la OMB deberán esperar para tener a un nuevo campeón.

Por lo pronto, la Organización Mundial de Boxeo tiene una pelea mandatoria entre Diego Pacheco y Hamzah Sheeraz. El británico tenía la oportunidad de unificar campeonatos, pero solo tiene la oportunidad de pelear por uno y esperar

a que Saúl 'Canelo' Álvarez pida la pelea.

Y es que, como excampeón absoluto, los cuatro organismos le darán la oportunidad al 'Canelo' de pelear por los títulos que perdió en el pasado mes de septiembre ante Crawford y, de hecho, la FIB ya lo había puesto como retador al título, pero el mismo Saúl notificó que todavía no está listo para pelear.

Por lo pronto, el de Jalisco regresará el 12 de septiembre en Arabia Saudita para pelear por un campeonato del mundo que todavía se desconoce cuál será.

# SECCIÓN B

MIÉRCOLES 21 DE ENERO DE 2026

## SELECCIÓN MEXICANA



El elemento de Xolos causará baja de la Selección Mexicana para los partidos amistosos contra Panamá y Bolivia.

Este martes, la Selección de México ha confirmado que Gilberto Mora causa baja y no estará disponible para los duelos amistosos en contra de Panamá y Bolivia. Mediante un comunicado, el equipo nacional compartió que el elemento de Xolos de Tijuana no logró reponerse a las molestias físicas y optaron por no arriesgarlo. A continuación el texto íntegro:

"La Dirección Deportiva de Selecciones Nacionales informa que tras la valoración realizada por el área médica de la SNM, el jugador del Club Xolos de Tijuana, Gilberto Mora, causará baja de la concentración. La decisión se tomó debido a las molestias físicas que el futbolista ha venido presentando desde las primeras jornadas de la Liga MX".

"En coordinación con su Club, se determinó que el jugador continúe con el tratamiento y proceso de recuperación bajo la supervisión de su equipo. En su lugar, se convoca a Alexis Gutiérrez, del Club América, quien se integrará a la concentración de la Selección Nacional de México el miércoles 21 de enero en Panamá".

El jueves 22 de enero desde la capital panameña, Javier Aguirre y compañía afrontarán su partido contra un equipo invicto en sus últimos seis partidos oficiales, ya clasificado a la Copa del Mundo. Con el mando del seleccionador hispano-danés, Thomas Christiansen, guía de este combinado desde el 2020, las ilusiones están a tope.

Bolivia no goza de la misma tranquilidad. En el último trimestre del año pasado solamente ganaron un amistoso contra Jordania, de ahí en más padecieron derrotas contra rivales de distintas latitudes como Rusia, Corea del Sur, Japón y Perú. Para esta ventana de duelos internacionales convocaron a Leo Zabala, elemento del Cancún FC de la Liga de Expansión.

## Selección Mexicana

### Todo listo, Ledezma y Gutiérrez pueden jugar con México

La FMF indicó que recibió el permiso de FIFA para que ambos jugadores puedan jugar los amistosos contra Panamá y Bolivia.

La espera por fin terminó. La Federación Mexicana de Futbol recibió la autorización por parte de la FIFA para que los jugadores Brian Gutiérrez y Richard Ledezma puedan vestir la camiseta de la Selección Mexicana a partir de este momento, por lo que podrán ser elegibles para Javier Aguirre en contra de Panamá y Bolivia.

"La Federación Mexicana de Futbol informa que FIFA ha confirmado la elegibilidad de los jugadores Richard Ledezma y Brian Gutiérrez para representar a nuestra Selección Nacional.

"Por lo tanto, ambos jugadores podrán participar en los partidos de preparación ante Panamá y Bolivia", se puede leer en el comunicado que compartió la FMF a través de sus redes sociales.

Debido a que ambos jugadores son estadounidenses, pero tienen herencia mexicana, cuentan con la doble nacionalidad; sin embargo, ambos tenían que pedir el permiso correspondiente ante FIFA para hacer el cambio de federación y poder jugar con México, aunque su participación en la Copa del Mundo aún es una incógnita.

En el caso de Ledezma, jugó un partido amistoso con Estados Unidos, por lo que tuvo que tramitar su baja de la Federación y pedir su cambio de Federación, mismo caso con Brian Gutiérrez, es por ello que no podían ser elegibles por México hasta ahora que ya tienen el trámite arreglado.



# MARCHA ATLÉTICA

**Caminar rápido sin llegar a correr**

Es una modalidad del atletismo y se distingue porque el deportista siempre mantiene contacto con el suelo, caminando rápido pero sin llegar a correr. Conoce más de este deporte olímpico en el que se han destacado varios mexicanos.

## ORIGEN

- Apareció documentada por primera vez en Inglaterra a finales del siglo XVIII
- Se popularizó en el XIX en diversos países europeos y después en América, sobre todo en EUA y México
- En Londres 1908 fue incorporada en el programa olímpico en la categoría masculina
- En Barcelona 1992 se incluyó en la categoría femenina

## MEDALLAS MEXICANAS

Daniel Bautista obtuvo Oro en Montreal 1976; después vinieron otras medallas: Plata en México 1968, Oro y Plata en Los Ángeles 1984, Plata en Barcelona 1992, Bronce en Atlanta 1996 y Bronce en Sidney 2000.



## DISTINCIÓN

La pierna que se avanza tiene que estar recta, es decir, no doblada por la rodilla, desde el momento del primer contacto con el suelo hasta que se halle en posición vertical.



## PRUEBAS Y MARCAS MÍNIMAS PARA RÍO 2016

- 20 km marcha hombres: 1 hr 23'00"
- 20 km marcha mujeres: 1 hr 33'30"
- 50 km marcha hombres: 4 hrs

## SABÍAS QUE...

Según la Asociación de Federaciones de Atletismo, el circuito de marcha atlética de Río 2016 va a ser uno de los más hermosos en la historia: se extiende sobre la costa cerca de la isla de Pontal, con una nueva capa asfáltica que ya fue testeada.

Fuentes: rio2016.com, wangconnection.com, rfea.es, iaaf.org, runners.mx, sportlife.es  
Investigación y redacción: Julia Castillo Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría.



**la Mejor FM 96.5**  
¡AQUÍ NOMÁS!

**NOTICIAS POR LA RADIO**  
CON ARIANNA OLVERA Y  
JOSÉ LUIS NARANJO

ALICAMEDIOS

7 A 8 AM

**Noticias por la Radio**

● @LAMEJORDEIXTLÁN96.5FM LAMEJORTEPIC.COM.MX/IXTLÁN

## Consejos para empezar

Observa y aprende: Mira videos de marchadores profesionales para entender la técnica correcta.  
Empieza poco a poco: Añade minutos de marcha a tus caminatas semanales y aumenta gradualmente el tiempo y el ritmo.  
Calentamiento y estiramiento: Realiza movilidad articular y estiramientos antes y después de cada sesión.  
Postura: Mantén la espalda recta, los

hombros relajados y la barbilla paralela al suelo.  
Terreno: Camina en superficies planas y niveladas para evitar presiones desiguales y desgaste de calzado.  
Equipo: Usa zapatillas ligeras y flexibles con suela fina para facilitar la articulación del pie.  
Progresión: Sigue la regla del 10% para aumentar el kilometraje semanal y evita incrementos bruscos de intensidad.

**PINSA**

CREANDO COMUNIDADES,  
CONSTRUYENDO CONFIANZA  
SOMOS UNA EMPRESA DE RETOS

# Tipos de ejercicios Y SUS BENEFICIOS:

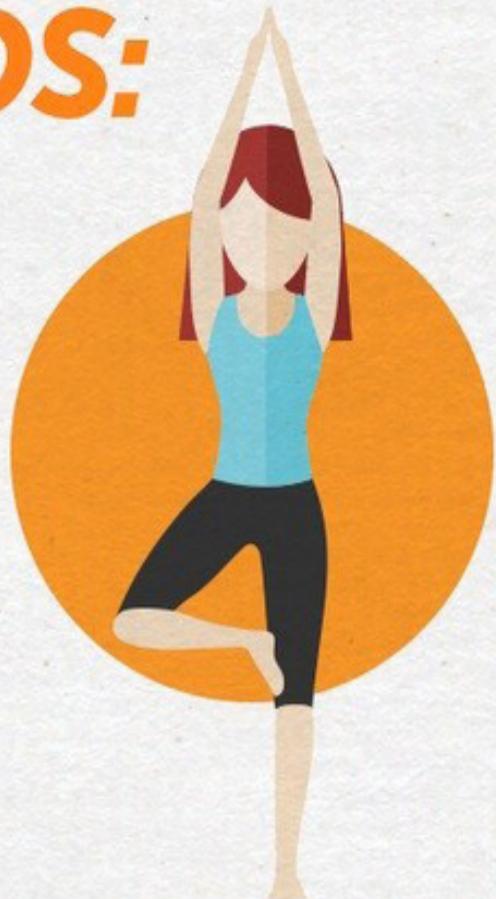
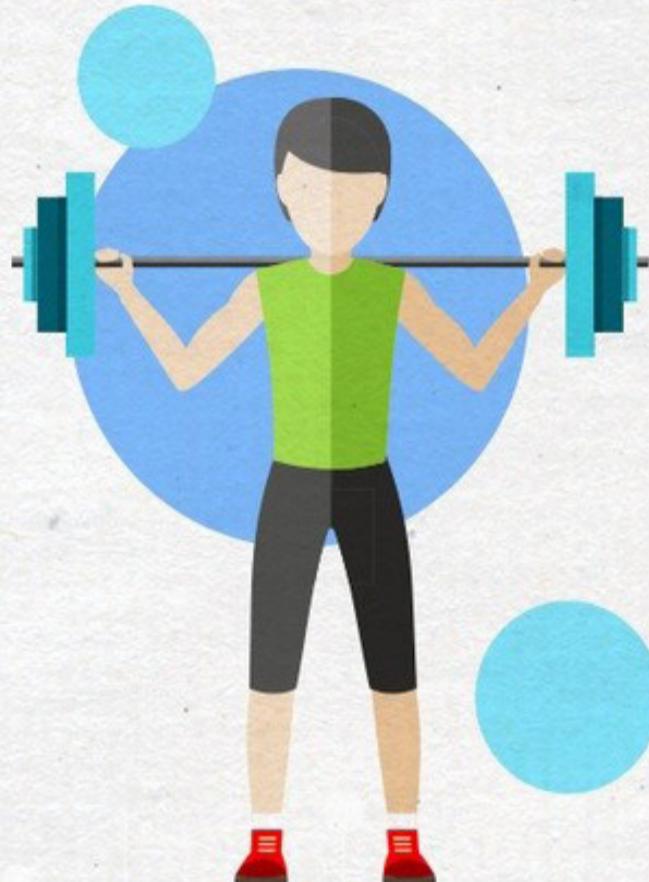


## Aeróbico

Mantiene tu corazón, pulmones y vasos sanguíneos saludables. También mejora tu estado físico. Entre las principales actividades se encuentran: caminar, correr, andar en bici y nadar.

## Fuerza o Resistencia:

Ideal para mejorar tu postura y darle al cuerpo una apariencia más tonificada. Sin duda el levantamiento de pesas es la mejor opción.



## Flexibilidad:

Ayudan a relajarte y a mejorar tu circulación, equilibrio y postura. La yoga, pilates y el taichi son un buen ejemplo de este tipo de ejercicio.



Sergio Bueno regresa a la Liga MX

## Este será el último DT de Mazatlán

**El director técnico mexicano se incorporará al Mazatlán en el último semestre en Liga MX de los sinaloenses.**

El Mazatlán ha sorprendido con el nombramiento de Sergio Bueno como su nuevo director técnico, marcando el retorno del estratega a Primera División tras casi una década de ausencia. Bueno no dirigió en el máximo circuito desde 2017, cuando estuvo al frente de Jaguares de Chiapas. Ahora, el estratega asume el mando de un proyecto que vive sus últimos momentos en la élite del fútbol mexicano.

### ¿Dónde ha estado Bueno?

La trayectoria reciente de Sergio Bueno ha estado lejos de la Liga MX. Tras su paso por Chiapas (equipo con el que descendió), dirigió al Atlante en la división de plata y posteriormente se enfocó en su faceta como empresario y técnico en la Liga Premier, donde es dueño de los Caimanes de Colima, equipo al que al mismo tiempo dirigía. Su palmarés cuenta con u

título de la Primera "A" en el Clausura 2008, aunque en aquella ocasión no logró concretar el ascenso tras caer en la final ante Indios de Juárez.

### Las cosas no mejoran en Mazatlán

El panorama en el puerto es desolador: el equipo ocupa la última posición de la tabla general. Con tres derrotas en sus primeros tres partidos, una diferencia de goles negativa (3 a favor por 9 en contra) y la moral baja, Bueno recibe una plantilla que parece sentenciada. La urgencia no solo es deportiva, sino de orgullo para una institución que está por cerrar su ciclo definitivo en la categoría.

Este semestre representa la despedida del Mazatlán FC, pues la franquicia desaparecerá al finalizar el torneo para dar paso a la mudanza del Atlante. Los "Potros de Hierro" adquirirán la plaza para regresar a Primera División, dejando a Sergio Bueno probablemente el último 'mister' de la escuadra morada.

Valora tu Vida

Álica®

**¡TODO EL MES DE ENERO!**

Tenemos un Plan de Previsión especial para el sector seguridad.

**02 ENERO**  
**DÍA DEL POLICIA**

JARDINES DE SAN JUAN

Reconocemos la valentía y el compromiso de aquellos que dedican sus vidas a proteger a nuestra comunidad.

**Obtén**  
**5%\* + 10%\***  
descuento en tu boleto de ida  
descuento en tu boleto de regreso  
comprando en web y app\*

33 1526 6794 33 3111 8780  
www.tepicplus.com

\*Promoción válida hasta el 31 de enero 2026. \*El descuento se aplica sobre la tarifa de adulto vigente. \*5% de descuento aplica comprando viaje sencillo \*10% de descuento aplica en tu boleto de regreso. \*No válido para boletos de estudiante, INAPAM, menor, infante u otras promociones.



**Todas las buenas  
historias merecen  
una segunda parte.**



**Puerta 2  
Paraíso**  
FRACCIONAMIENTO

**PINSA**  
Av. del Valle No. 89-9  
Ciudad Del Valle,  
63157 Tepic, Nayarit

  
**Álica®**