



Giménez regresa al Tri

El mexicano no ve actividad con el AC Milan desde octubre debido a una lesión

PÁGINA 3



Fidalgo debuta en Europa League

Salió de la banca y participó en la goleada del Betis al Panathinaikos

PÁGINA 3



DEPORTES

SÁBADO 21 DE MARZO DE 2026

Meridiano



Sección B



Van por la gloria

Diablos Rojos Femenil y Sultanes Femenil se disputan el título de la Temporada 2026 de la LMS

Redacción

La Serie de la Reina se va a definir en el Estadio Alfredo Harp Helú, sitio en donde Diablos Rojos Femenil y Sultanes Femenil van a determinar al equipo campeón de la Temporada 2026 de la Liga Mexicana de Fútbol, y ambas novenas están a la misma distancia de la corona: dos victorias. Diablos y Sultanes viajaron a la ciudad de México con la Serie de la Reina empatada a una victoria por lado después de protagonizar dos juegos en Monterrey en donde el pitcheo de ambos lados fue el que marcó el ritmo, provocando que se presentaran dos duelos sumamente parejos en los que solo se anotaron tres (2-1 para Sultanes) y cuatro carreras (3-1 para Diablos). Y con ese antecedente es como las dos protagonistas saltarán al Diamante de Fuego con la mira en ganar dos de los tres posibles encuentros. La tensión que se ha vivido en los dos duelos iniciales existe en el bunker escarlata, que después de perder el primer duelo salió al terreno del Walmart Park con la obligación de llevarse la victoria en el juego 2 si no quería regresar a casa con una losa de 0-2. En la temporada regular, Diablos y Sultanes se enfrentaron cuatro veces con un balance de 3-1 para la escuadra capitalina, que busca hacer valer su condición de local, algo que lograron durante gran parte del calendario al terminar con marca de 10-4 en casa. Con la Serie de la Reina empatada a una victoria por lado, está asegurado que habrá juego el sábado 21 de marzo (17 horas). En caso de ser necesario un quinto y definitivo encuentro se disputará el domingo 22 a partir de las 5 de la tarde.

Cristiano Ronaldo no vendrá a México

Roberto Martínez confirma ausencia en convocatoria de Portugal

Redacción

El director técnico de la Selección de Portugal, Roberto Martínez, confirmó la lista de convocados para la próxima fecha FIFA de marzo, en la que el combinado lusitano enfrentará a México y Estados Unidos. La principal ausencia es la de Cristiano Ronaldo, actual figura del Al Nassr. El estratega sorprendió con el llamado de algunos elementos para estos compromisos, destacando el duelo ante la Selección Mexicana, dirigida por Javier Aguirre que marcará la reapertura del Estadio Banorte el próximo sábado 28 de marzo. Posteriormente, el conjunto portugués viajará a Estados Unidos, donde se medirá ante el representativo local el martes 31 de marzo en el Mercedes-Benz Stadium. Tras varios días de incertidumbre, la convocatoria fue revelada este viernes, despejando dudas sobre los jugadores elegidos para encarar estos dos encuentros, considerados clave en la preparación rumbo a la Copa del Mundo de 2026. Tanto México como Estados Unidos serán sinodales exigentes para Portugal, que utilizará estos compromisos como sus últimos ensayos antes de su debut mundialista, programado para el 17 de junio a las 11:00 horas (tiempo del centro de México), con rival aún por definir. El conjunto luso quedó ubicado en el Grupo K junto a Uzbekistán y Colombia, a la espera del ganador del repechaje intercontinental entre Jamaica, Nueva Caledonia y la República Democrática del Congo. De cara al Mundial 2026, Portugal disputará la fase de grupos en Houston o Miami. Su presentación será en el Estadio de Houston; posteriormente enfrentará a Uzbekistán el 23 de junio a las 11:00 horas en el mismo escenario, y cerrará la primera ronda el 27 de junio ante Colombia en el Estadio de Miami a las 17:30 horas.



Ciclistas mexicanos ganan medallas

Se colocan entre los líderes del Panamericano de Ruta 2026 en Colombia

Redacción

México tuvo un inicio destacado en el Campeonato Panamericano de Ruta 2026, que se celebra en Montería, Colombia, al obtener este jueves tres medallas durante las pruebas de contrarreloj individual en la rama varón. En la categoría Sub-23, Sebastián Ruiz Terán y José Juan Prieto de Luna lograron el 1.2, tras cronometrar tiempos de 00:42:02 y 42:46 minutos,

respectivamente. El colombiano Jerónimo Calderón completó el podio con un registro de 43:10 minutos, en una prueba con recorrido de 36 kilómetros. Por su parte, en la categoría élite, el mexicano Éder Frayre Motezuma se adjudicó la medalla de plata al detener el cronómetro en 49:50 minutos, a 56 segundos del primer lugar, el colombiano Walter Vargas se proclamó campeón con un tiempo de 48:56 minutos, logrando su séptimo título en

este certamen continental desde 2016 y el cuarto de manera consecutiva. El podio de la prueba, disputada sobre una distancia de 43.1 kilómetros, lo completó el uruguayo Antonio Fagúndez con 50:08. En esta misma competencia, el también mexicano Edgar David Cadena Martínez finalizó en la octava posición con un tiempo de 51 minutos y 53.91 segundos. En otros resultados, el pasado 17 de marzo, la

ciclista mexicana Nabyenka Bareño obtuvo la cuarta posición en la contrarreloj junior, al registrar un tiempo de 20:56 minutos en un recorrido de 14.5 kilómetros; pese a una falla mecánica, mostró carácter y determinación. Asimismo, Andrea Ramírez Fregoso concluyó en la quinta posición de la contrarreloj individual élite femenil con un tiempo de 42:23 minutos, mientras que Sara Hortensia Roel López finalizó en el octavo sitio con 42:43 minutos.



México Imparable llega con "Raíces de Tierra"

La tercera carrera del serial se realizará el 22 de marzo, con la participación aproximada de 3 mil 500 corredores

Redacción

La tercera parada del serial México Imparable llegará el 22 de marzo a Oaxaca, con un trayecto que rinde homenaje a las culturas zapoteca y mixteca y en el que se espera la participación de 3 mil 500 corredores, luego de su paso por Palenque, Chiapas, en su primera cita y la Ciudad de México en su segunda fecha.

El objetivo del serial de cuatro carreras "México Imparable" es impulsar el turismo deportivo y exponer las bellezas naturales y culturales de los rincones más representativos del país, además del desarrollo económico de las diversas regiones con la participación de atletas locales, nacionales e internacionales.

El serial que cuenta con el apoyo de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), busca conectar el deporte con la identidad, la tierra y la comunidad, como muestra de que "México corre desde la tierra que le da identidad".

Las distancias para los participantes serán de 21 y 13 kilómetros (con salida desde Monte Albán) y 6 kilómetros con salida urbana que recorre el Centro Histórico de la ciudad de Oaxaca. Este sábado 21 de marzo se realizará la Expo Raíces y la entrega de kits



en el Recinto Ferial Parque Primavera, en un horario de 10:00 a 18:00 horas.

El subdirector de Cultura Física en la CONADE, Oscar Soto Carrillo, destacó que México Imparable representa una visión de país, donde se demuestra que el deporte puede convertirse en un puente entre historia, identidad y desarrollo económico.



Usar tu celular mientras manejas puede costarte la vida o poner en riesgo la de los demás.



La seguridad vial es responsabilidad de todos y todas.



Nayarit

SECRETARÍA DE SEGURIDAD Y PROTECCIÓN CIUDADANA



Expansión del bádminton a nivel escolar

Esta iniciativa tiene por objetivo convertir este deporte olímpico en uno de los más populares y accesibles del mundo

Refacción

Con el objetivo de expandir la práctica del bádminton y que este deporte olímpico llegue al sector escolar, la Federación Mexicana de Bádminton (FEMEBA), avalada por la Federación Mundial de Bádminton (BWF, por sus siglas en inglés) y con apoyo de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), ha impulsado el Shuttle Time. Esta iniciativa se basa en un programa de bádminton escolar que promueve el principio de que los niños y jóvenes lleven una vida activa, por lo que su objetivo es convertir este deporte en uno de los más populares y accesibles del mundo. Durante 2025, el Shuttle Time tuvo

un impacto en un aproximado de 7 mil 350 estudiantes y 120 profesores beneficiados en estados como Colima, Sonora, Michoacán, Chihuahua, Morelos, Quintana Roo y Tamaulipas. Aunado a dichas entidades, las actividades promovidas el año pasado por la CONADE han coadyuvado a su masificación al albergar en Villas Tlalpan capacitaciones con profesores certificados por la BWF, dirigida a entrenadores deportivos. El federativo detalló que también se llevó a cabo un curso virtual con un aforo de 500 maestros de educación física del país, principalmente de estados como Veracruz, Guerrero, Guanajuato y Tabasco. Actualmente la FEMEBA continúa fortaleciendo esta iniciativa en



territorio nacional, que desde su lanzamiento en 2012 se implementa actualmente en más de 140 países en asociación con las Confederaciones Continentales y Asociaciones Miembros de la BWF. La Federación Mundial de Bádminton ofrece, a través de su página oficial, acceso gratuito a sus recursos didácticos de Shuttle Time disponibles en 24 idiomas, con clases aptas para niños y jóvenes de entre 5 y 15 años.



El judo se fortalece

Conoce más de este arte marcial que es deporte olímpico desde Tokio 1964

Refacción

El judo es un arte marcial japonés y deporte olímpico desde Tokio 1964. Este deporte se basa en el uso de la fuerza, en derribos, inmovilizaciones y sumisiones en vez de golpes. El fundamento del judo es la máxima eficiencia utilizando técnicas de desequilibrio y palanca para proyectar al adversario sobre un tatami. Cada judoka trata de neutralizar a su oponente, puede derribarlo a través de técnicas de brazos, piernas y cadera; y si está en el suelo el objetivo será inmovilizarlo hasta su rendición.

"Caer para ganar, esa es la misión del judo, tienes que tirar a tu oponente, derribarlo e inmovilizarlo, literal caer para ganar", la olímpica y ex judoka Vanessa Zambotti resume así el objetivo de este deporte.

Los combates duran 4 minutos y se pueden ganar de tres formas: Por un ippon que es un derribo o inmovilización. Por waza-ari. Por acumulación de yucos.

"En el judo se puede ganar muy rápido; todos, cuando inicia un combate, buscamos derribar al oponente lo más rápido posible al aplicar un ippon que es algo así como un nocaut; si tú haces el ippon en 5 segundos, ganas".

En esta disciplina saber caer es tan importante



como saber lanzar; desde el inicio se aprenden técnicas de caída llamadas ukemi, que permiten recibir una proyección sin lesionarse.

En esta disciplina es fundamental la filosofía ya que se busca el desarrollo integral del cuerpo y la mente, fomentando el respeto, el judo enseña que caer no es perder, caer es aprender, adaptarse y levantarse con mayor fortaleza. Ese es el verdadero triunfo.

"El judo representa mi vida, me dio muchas cosas, me dio una carrera, me dio a conocer medio mundo y me dio mucha felicidad, pero también momentos tristes como las lesiones, tuve 8 cirugías cuando fui atleta, pero al final el judo lo que te enseña es que si te caes es para ganar", asegura Vanessa.

la Mejor 96.5 FM

7 A 8 AM

Noticias por la radio

NOTICIAS POR LA RADIO

CON ARIANNA OLVERA Y JOSÉ LUIS NARANJO

LA MEJOR 96.5 FM

www.lamejor965.com.mx

Giménez regresa al Tri

El mexicano no ve actividad con el AC Milan desde octubre debido a una lesión

Redacción

Santiago Giménez será convocado con el AC Milan para el duelo de la Serie A ante el Torino. En conferencia de prensa, el timonel del conjunto rossoneri, Massimiliano Allegri, señaló que está bien de salud y estará en la lista para el juego de este fin de semana.

El está muy bien, estará convocado”, confesó el estratega italiano en la previa del juego entre el Milan y el Torino.

De esta forma, Giménez podría sumar sus primeros minutos con en el año y los primeros desde el 28 de octubre de 2025, cuando jugó por última vez ante el Atalanta.

Desde entonces, el delantero mexicano estuvo fuera de la actividad por una lesión en el tobillo, misma por la que fue operado y enfrentó una recuperación de cuatro meses. Apenas hace unas

semanas, Giménez regresó a los entrenamientos con su equipo para ponerse en buena forma física y tomar ritmo.

Sus sesiones fueron de menos a más y tras recibir las aprobaciones de todas las áreas en el Milan, Allegri finalmente lo tendrá disponible justo antes de la pausa internacional por la fecha FIFA.

Pese a su regreso a la actividad, Giménez quedó fuera de la lista de Javier Aguirre con la Selección Nacional Mexicana. La razón es que el ‘Vasco’ no lo quiere arriesgar y prefiere ver a jugadores que estén con un mayor ritmo para definir de buena forma la lista final que entregará de cara al Mundial 2026.

El último juego que Santiago Giménez tuvo con el equipo nacional fue en la fecha FIFA de octubre cuando sumó minutos en los partidos amistosos ante Colombia y Ecuador. Su primer llamado con Aguirre en el año apunta a ser la lista final para la justa mundialista.



Debuta Fidalgo en Europa League

Salió de la banca y participó en la goleada del Betis al Panathinaikos

Redacción

Álvaro Fidalgo, quien fue convocado a la Selección Mexicana, debutó en la Europa League al ingresar en el segundo tiempo del triunfo 4-0 del Real Betis frente al Panathinaikos. Fidalgo inició en la banca este jueves en el duelo de vuelta.

Pero el Betis comenzó el partido con un gol temprano de Aitor Ruibal en el minuto 8 para empatar la serie y enfrentar con más tranquilidad el encuentro.

En el minuto 45, justo antes del descanso, Sofyan Amrabat consiguió el tanto de la ventaja. Chucho Hernández marcó el 3-0 en el 53, lo que sentenciaba prácticamente el pase del Betis a cuartos de final de la Europa League.

Entonces, en el minuto 62, el técnico Manuel Pellegrini envió a Fidalgo en lugar de Rubial. El mexicano se estrenó así en Europa League, y en pocos minutos también se dio su primera convocatoria a la Selección Mexicana, para los partidos contra Bélgica y Portugal.

Antony marcó el 4-0 en el 66, para aumentar el global a 4-1 y sellar el pase del Betis a cuartos de final de la Europa League.



Los grandes de la Liga MX

Chivas y Cruz Azul marcan el paso; América vive un momento irregular

Redacción

El Clausura 2026 entra en su fase decisiva y la pelea por los boletos a la Liguilla se intensifica jornada a jornada, donde cada punto puede marcar la diferencia entre aspirar al título o quedarse en el camino.

Chivas se perfila como uno de los principales contendientes al campeonato tras recuperar el liderato luego de imponerse en su partido pendiente ante León. El Rebaño Sagrado atraviesa un gran momento futbolístico y animico, colocándose como serio aspirante a destronar al vigente campeón, Toluca.

Muy de cerca aparece Cruz Azul, que se mantiene al acecho en la segunda posición. La Máquina ha sido uno de los equipos más constantes del torneo, mostrando solidez y buen funcionamiento bajo el mando de Nicolás Larcomán. Con 26 unidades, los celestes están a solo un punto del liderato y apuntan a consolidar su campaña con una nueva estrella, luego de quedarse cerca en torneos recientes.

En contraste, América ha tenido un torneo irregular. El conjunto dirigido por André Jardine atraviesa un momento complicado tras su histórico tricampeonato. Las Águilas han batallado para sumar puntos, afectadas por lesiones y la salida de piezas clave. Con 17 unidades tras 11 jornadas, el cuadro azulcrema se ubica en la séptima posición, aún dentro de zona de Liguilla, pero lejos del protagonismo esperado.

En la próxima jornada, América visitará a Pumas en el Estadio Olímpico Universitario, en un duelo clave para sus aspiraciones. Además, el conjunto capitalino sigue con vida en la Concacaf Champions Cup, donde ya está instalado en los cuartos de final y se medirá ante Nashville.

Por su parte, Cruz Azul enfrentará a Mazatlán en el Estadio El Encanto, buscando mantenerse en la pelea por el liderato. Al igual que América, los celestes también avanzan a los cuartos de final del certamen continental, donde tendrán como rival a



Los Angeles FC.

Chivas, en tanto, llega motivado tras golear 3-0 a Santos y 5-0 a León. Con Armando ‘La Hormiga’ González como referente ofensivo, el técnico Gabriel Milito buscará mantener el impulso para asegurar el liderato rumbo a la Liguilla, pese a las ausencias que podría tener por convocatorias.

El Guadalajara visitará a Monterrey en la Jornada 12 en un duelo clave para sostener la cima, con Cruz Azul pisándole los talones a solo un punto de distancia.

Pumas se ha convertido en una de las gratas revelaciones del torneo. El equipo dirigido por Efraín Juárez ha ido de menos a más y actualmente ocupa la quinta posición con 20 unidades. Los universitarios aún tienen margen para escalar posiciones y mejorar su lugar en la tabla.

Las próximas jornadas serán determinantes para el conjunto del Pedregal, que tras empatar con Cruz Azul, enfrentará a América y Chivas en duelos que pondrán a prueba sus aspiraciones de cara a la Liguilla.

Haz todo desde la app

- Compra y administra tus boletos
- Cambia fecha y hora de tu boleto
- Factura y revisa tus viajes
- Canjea y recarga puntos
- Usa tu tarjeta digital de viajero frecuente
- ¡Y mucho más!

¡Descárgala ahora!

33 3111 8780 33 1526 6794

www.tepicplus.com

PLANIFICA TU FUTURO CON TRANQUILIDAD

Pregunta por los apoyos y descuento de Grupo Álica para **JUBILADOS y PENSIONADOS.**

Vigencia al 31/03/2026 *Aplican Restricciones.

Llámanos al: 311 218 3691

www.bellorecuerdo.com



MANGO
Haden o Ataulfo
Kilo

a sólo
\$34⁹⁰

ZANAHORIA
A Granel
Kilo

a sólo
\$9⁹⁰

LECHUGA
Romana
Pieza

a sólo
\$19⁹⁰



PIERNA
De Puerco
Sin Hueso Kilo

a sólo
\$94⁹⁰

PLÁTANO
Macho
Kilo

a sólo
\$29⁹⁰

NECTARINA
Kilo

a sólo
\$59⁹⁰

CHILE VERDE
Para Rellenar
Kilo

a sólo
\$58⁷⁵



ESPINAZO
de Puerco
Kilo

a sólo
\$42⁹⁰

PAPAYA
Maradol
Kilo

a sólo
\$41⁹⁰

SANDIA
Rayada
Kilo

a sólo
\$12⁹⁰

CIRUELA
Roja Espana
Kilo

a sólo
\$84⁹⁰



MENUDO
De Res
Kilo

a sólo
\$97⁹⁰

JICAMA
Kilo

a sólo
\$22⁹⁰

GUAYABA
Kilo

a sólo
\$39⁹⁰

REPOLLO
Kilo

a sólo
\$16⁹⁰

FRIJOLILLO
Para Chop
Suey Kilo

a sólo
\$49⁹⁰

CILANTRO
Mazo

a sólo
\$9⁹⁰

TOMATILLO
Con Hoja
Kilo

a sólo
\$59⁹⁰



CHULETA
De Paleta
de Puerco Kilo

a sólo
\$66⁹⁰

APIO
Kilo

a sólo
\$36⁹⁰

TORONJA
Roja Kilo

a sólo
\$29⁹⁰

CHILE
Jalapeño
Kilo

a sólo
\$26⁹⁰



ALAS
Adobadas
Bachoco®
kilo

a sólo
\$81⁹⁰

BRÓCOLI
Kilo

a sólo
\$52⁷⁵

ESPINACA
Mazo

a sólo
\$9⁹⁰

CEBOLLA
Blanca
Kilo

a sólo
\$23⁷⁵

LAS OFERTAS DE FRUTAS Y VERDURAS SON MÁXIMO 5 KILOS, PIEZAS, BOLSAS O MAZOS POR CLIENTE

Tepic, Nay.

¡Más cosas a mejores precios!



Visite nuestra página:
www.casaley.com.mx

Las ilustraciones NO necesariamente
corresponden a cada producto,
son únicamente para la ambientación
de esta publicación.

Promociones válidas en sus
Tiendas Ley de esta ciudad,
excepto mercancía
que no sea parte de su surtido

**OFERTAS VÁLIDAS DE SÁBADO 21
A LUNES 23 DE MARZO DEL 2026**