



SPORT STYLE SUPLEMENTO DE
ESTILO DE VIDA DE **DIARIO SPORT**



Aitana Bonmatí & Cesc Escolà
Fit Barça!

Docente y entrenadora, esta deportista es la encargada de preparar durante dos meses a los participantes de la icónica Cursa El Corte Inglés. De su mano, desde Instagram y con un programa para cuatro niveles y ritmos diferentes, podrás lograr tu objetivo el próximo 24 de abril.

DAVID RAMÍREZ

● ZONA VIP: Moda, eventos y solidaridad ● EN FAMILIA: Comida sana con sabor a fin de semana

AITANA BONMATÍ & CESC ESCOLÀ ▶ LA CENTROCAMPISTA DEL FEMENÍ Y EL ENTRENADOR DE 'FIT MÉS' COINCIDEN EN SU PASIÓN POR EL BARÇA Y POR EL DEPORTE



Cielo plumizo en la Ciutat Esportiva y felicidad máxima en la tierra. Dos amigos se reencuentran con el buen rollo por bandera. Comparten otras más, la del Barça y la de su amor por el deporte. Aitana Bonmatí y Cesc Escolà, referentes cada uno en lo suyo, deciden ponerse el reto del 'más difícil todavía' para lograr la fotografía imposible. "Conozco a pocas personas tan competitivas como ella - reconoce él- y lo cierto es que, a veces, le digo que le iría bien desconectar un poco del fútbol para descansar. Pero le pone el reto y el superarse día a día. Por eso está donde está". La admiración de Cesc es correspondida por Aitana, que considera "muy importante que lidere un programa para ayudar y concienciar a la población de la importancia que tiene hacer ejercicio físico. Es muy distinto al entrenamiento que yo realizo a diario pero, al fin y al cabo, es deporte". Escolà la observa y la escucha. "Parece sería pero la verdad es que es muy divertida -asegura-. Tiene las ideas muy claras y es un referente desde pequeña, tanto dentro como fuera del campo. Y cada temporada que pase lo será más". Y añade que "el Barça Femení va a volver a lograr el triplete, lo tengo clarísimo. Son las mejores con diferencia e historia viva de nuestro club. Mucho tendría que aprender de ellas el primer equipo masculino". Con Aitana hablo antes y después de sumar un nuevo título de Liga. Algunos le han quitado méritos por su aplastante superioridad a lo que la centrocampista responde que "lo más fácil es decir este tipo de incoherencias. Que si es



muy sencillo, que si no tenemos rival, que si es aburrido... ¿Por qué en lugar de menospreciar nuestro trabajo no critican a todos esos clubs que no apuestan de verdad para que tengamos una Liga más atractiva y competitiva? Estoy muy tranquila y orgullosa de lo que estamos haciendo en el Barça. Sin ir más lejos, hace cuatro años y casi con el mismo equipo, con un poco de suerte ganábamos la Copa. Nada más. Disfrutamos de este momento gracias a nuestro trabajo,

entrega, ambición y ganas de mejorar". Pam. Más contundencia, imposible. Cesc le promete que irá a ver el partido de Champions y Aitana reconoce que "jugar en el Camp Nou contra el Real Madrid va a ser una pasada. Me gustaría pedir a todos los que han retirado una entrada que asistan, que vamos a hacer historia". ¿Disfruta del momento?. Quizá no tanto como debería. Aunque todo pasa tan rápido que no tiene ni tiempo "de pararme a pensar como ha cambiado todo y la repercusión a la que nos exponemos día a día, me trae más de cabeza mi autopresión y autoexigencia que lo que sucede en el exterior". Pues fuera, Aitana, todos disfrutan de ti. De vosotras. De este Barça único.



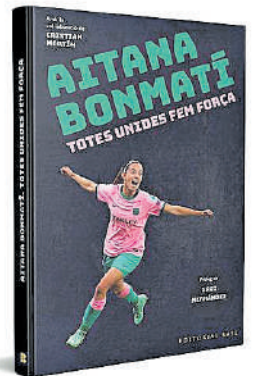
Cesc Escolà dio el salto a la popularidad como profesor de Educación Física de 'Operación Triunfo'. Tras un libro y varios programas de TV conduce 'Fit Más', que triunfa ahora en RTVE. "Es un producto muy completo -explica- porque nunca antes se había combinado el entrenamiento con una entrevista al invitado. Es una forma de conocerle mejor y que éste coja confianza. Han venido de todos los niveles de fitness: personas que hacen mucho, poco o nada de deporte. Con 'Fit Más' pretendemos motivar y explicar los beneficios de la práctica diaria. Es un programa necesario"

FICHA TÉCNICA

Fotografías: Valentí Enrich @sportvalen
Textos y coordinación: Carme Barceló @barcelocarme
Localización: Ciutat Esportiva Joan Gamper @fcbarcelona
Look deportivo de @aitana.bonmati de Nike
Look deportivo de @cescescola de Springfield



Aitana Bonmatí anunció en sus redes sociales que a principios del mes de abril saldrá a la venta su libro '**Totes unides fem forca**'. Un recorrido en primero que la y con un u referente tándem.



Especial día del padre

Gucci Guilty, un acierto total

Nueva biblioteca de **Paulo Coelho**, de Booket, con sus cuatro novelas más emblemáticas

Boss, la icónica fragancia masculina de **Hugo Boss**

El nuevo **Hablo N°28**, un monovarietal de uva tempranillo para padres coleccionistas

Chaleco de plumas de **Blauer**

Eternity, de **Calvin Klein**

Para padres, papás, papuchis, papis y papitos

Este sábado no le falles. Aunque tenga de todo, aunque nunca pida nada y aunque diga que no le hace falta. Ten un detalle con tu progenitor porque seguro que, aunque disimule, le hará ilusión.

La sombra de **Julio César**, de **Andrea Frediani**. Ed. Espasa

Purgatorio, del periodista **Jon Sistiaga**. Ed. Plaza y Janés

Para los más deportistas, este modelo de gafas de **Bolle** para Cattet

L'Homme, de **Yves Saint Laurent**

La nueva bicicleta eléctrica sin radios **Oohbike**, diseñada por el estudio **Ánima Design**, todo un compromiso con la sostenibilidad

Acqua di Giò, de **Giorgio Armani**

Citroën Inspired By You, un mini altavoz con bluetooth

Zona Vip



Believe Athletics, que se define como una marca de ropa de deporte femenina que trabaja con tejidos premium y una filosofía sostenible y ecofriendly para aunar estética y funcionalidad, ha lanzado una nueva colección de prendas de yoga que ha diseñado en colaboración con la maestra Xuan Lan.



La gimnasta **Lourdes Mohedano**, medalla de plata en los JJ.OO de Río de Janeiro, desfiló la pasada semana en la **75ª edición de Fashion Week madrileña** para el diseñador Otrura.



El Grupo Isabella's llega al barrio de El Born

Carmina, tradición para no tradicionales

Siglo XIX, una antigua casa de viajeros donde se sirven los mejores platos calientes a dos pesetas para gente de paso de todo el mundo que recalaba en Barcelona solo para seguir su camino, quizás rumbo a las Américas desde el puerto de la ciudad. Ese es el espíritu que ahora se encarna en **Carmina**, un lugar donde la cocina tradicional catalana traída casi inalterada a nuestros días se funde con un ambiente moderno y único. Heredando el espacio del histórico y muy estimado *Senyor Parellada*, **Carmina** ha querido ser muy respetuoso con el legado que esto implica y ha creado una propuesta de "cuina de fonda reconfortante para gente joven (de espíritu) que busca comer bien en un ambiente animado. Porque la alegría de alargar las sobremesas con copas y música es otro - y no menor - de los atractivos de Carmina. Escudella y cócteles irresistibles con sesiones de DJ.

¿Qué más se puede pedir? Carmina está llamado a convertirse en lugar de peregrinación

para locales y, de nuevo, viajeros que aprecian la cocina de cuchara de la tradición catalana elaborada con un producto de proximidad y todo el xup xup y cariño necesario. El chef ejecutivo de la casa, **Josep Maria Massó**, ha elaborado una propuesta que trae la cocina de siempre a las generaciones de hoy en día con platos actualizados tan cercanos como el Fricandó con ceps, el Suquet de pescado de roca, el Arroz de montaña a la cazuela o las

Alcachofas con Romesco. Además de los mediodías y las noches, Carmina ofrece opciones para todo el día, con una carta de esmorzars de forquilla muy tradicional y un buffet de desayuno para todos los gustos. El espacio, que ha sido reformado por Quintana Partners, tiene casi tanto peso como la cocina en cuanto a tradición. Con la idea de revivir el resplandor de la mejor época de esta fonda catalana, el proyecto se ha construido alrededor del patio central

acristalado, desbordado de plantas, cuyas pinturas originales han sido restauradas. El espacio respira también el ambiente de una casa colonial cubana y los colores cálidos, rojizos y texturas de rattan evocan al Caribe con un toque cosmopolita. Una cocina clásica y abierta, en naranja, contribuye al bullicio de los comensales y deja adivinar las cocciones y los olores de la carta. Arriba, una puerta oculta desvela el mejor bar speakeasy del barrio, donde las horas se alargan sin darse apenas cuenta.

Carmina da la bienvenida a los comensales y bebedores con una cálida y tenue



luz, invitando a degustar los platos de toda la vida en una fonda revitalizada. La cocina de la abuela - o de la bisabuela - animada con los mejores cócteles. **Carmina va a ser mítica.**



SPORT
&
STYLE

Directora:
Carne Barceló

Email:
sportstyle@
diariosport.com

Teléfono:
932279400

SÍGUENOS EN:



sport.es



@sportstyle



@sportstyle15