

S & S

SPORT STYLE ESTILO DE VIDA FOTO DE SPORT

Le apasionan los retos. Le gusta emprender. Le encanta crear. Lo hizo en el agua y ahora fuera de ella. Su última aventura es diseñar una colección de bañadores de competición de rompe y rasga. Destilan fuerza y poder. Como ella.

GEMMA MENGUAL

Poderío

● ZONA VIP: Moda, gastronomía, eventos y solidaridad ● EN FAMILIA: El agua, el perfecto aliado para el verano

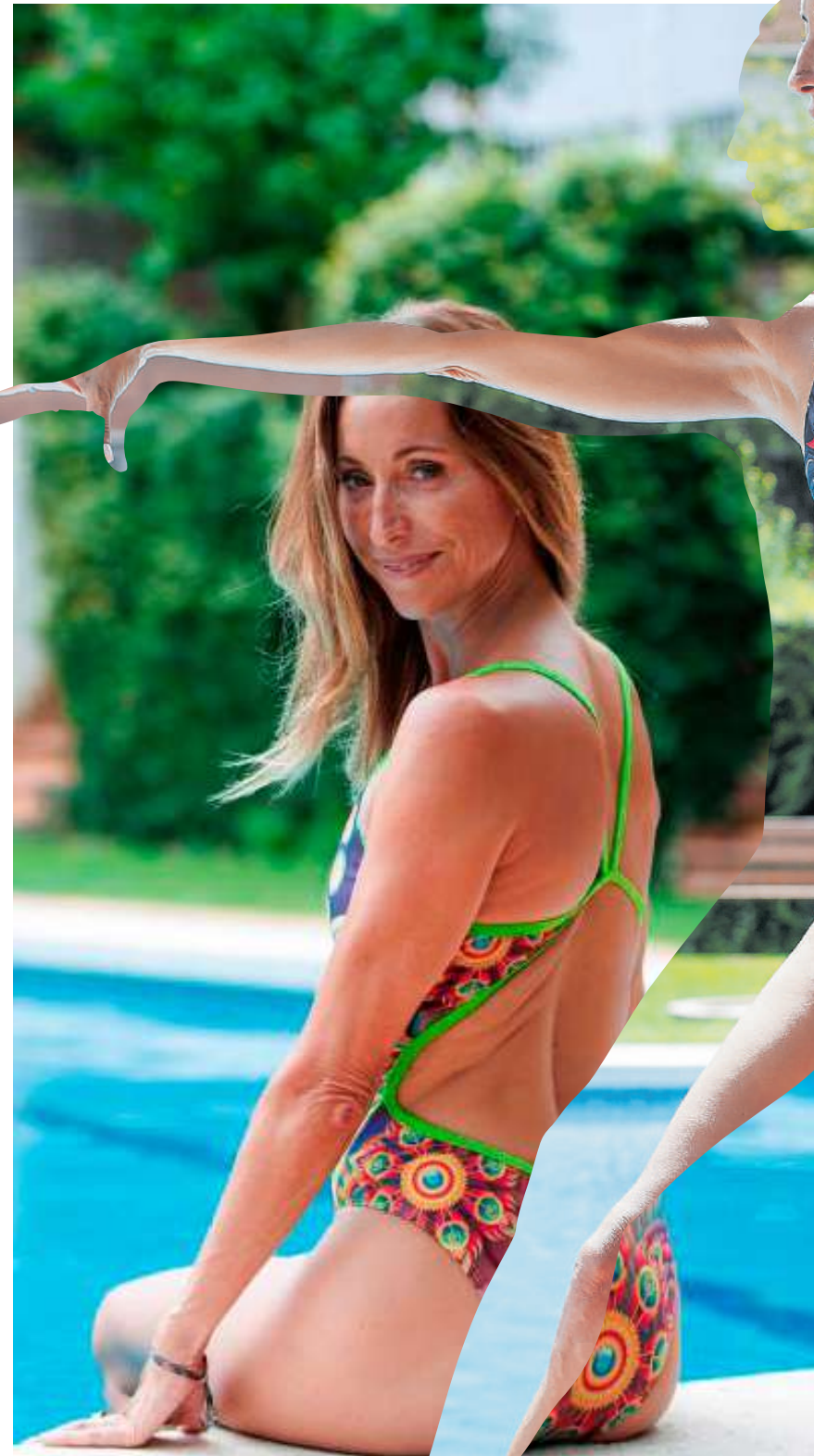
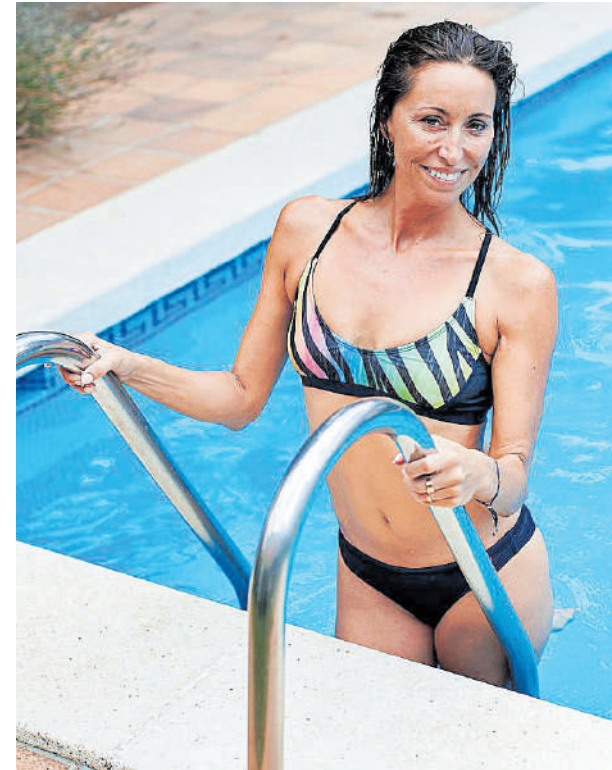
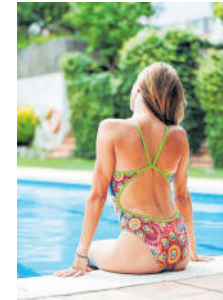
GEMMA MENGUAL ▶ LA CAMPEONA DE NATACIÓN SINCRONIZADA LANZA UNA LÍNEA DE BAÑADORES DE COMPETICIÓN INSPIRADA EN LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS

El reto permanente



CARME BARCELÓ
DAVID RAMÍREZ (Fotos)

Creo que éste es uno de los proyectos que más ilusión me hace". Entre cajas de mudanza, niños y gatos, la nadadora me mostraba en exclusiva su nueva colección de bañadores de competición Ras&Sun by Gemma Mengual. Le gusta emprender. Le apasionan los retos y es inquieta por naturaleza. "Tenía muchas ideas rondando por la cabeza y pude plasmarlas estos últimos meses. Me he inspirado en las tendencias actuales y he puesto mucho de mí en cada diseño", explica. El que muestra en portada "es uno de mis favoritos. Tiene personalidad y cualquier mujer se sentirá potente al lucirlo y nadar con él". Rodeada de gorros, bikini y bañadores, estaba en su salsa. No es la primera vez que acomete una aventura así. Su pasión por la gastronomía la llevó a abrir varios restaurantes aunque 'la niña de sus ojos' es el Sugoi, en Sant Cugat. También diseñó una colección de joyas y la que hoy presenta "no será la última, ni mucho menos. Me gustan los retos. Me ponen mucho. Terminé el máster de gestión empresarial y tuve claro que quería crecer. Por ello he puesto en marcha una empresa de 'management' deportivo y de talentos, 'Así está el patio', y sigo impulsando mis propios campus en julio e impartiendo otros, como el que haré en agosto en Lanzarote". Hablando de talento, Gemma se mostró "satisfecha del papel del equipo de sincronizada en el último Mundial. Hicieron un muy buen trabajo y tienen calidad". Sigue vinculada a la Federación como asesora artística a la par que, para continuar sintiendo la adrenalina de la 'sincro', realiza exhibiciones como la que hará el próximo miércoles en la piscina olímpica de Andorra la Vella. "El cuerpo y la mente me piden agua. He pasado más de media vida en ella y forma parte de mi ADN. Ahí desconecto, creo y proyecto muchas cosas", asegura Mengual. Ella siempre suma.



MAKING OF

Recién salidos del taller llegaron a punto para este shooting los impactantes diseños de la colección **Ras&Sun by Gemma Mengual**. La nadadora se mostraba emocionada al ver el resultado final de su último reto. El 'packaging' de los bañadores, bikini y gorros está cuidado al detalle y en septiembre los podréis encontrar en los mejores establecimientos del ramo.



Zona Vip

Munich calza a los arbitros de LaLiga



Munich vuelve a apostar por el deporte: sus zapatillas vestirán a los árbitros de primera y segunda división femenina y masculina de la liga española de fútbol durante dos temporadas. La marca catalana cierra así un acuerdo con el Comité Técnico de Árbitros que revoluciona al mundo futbolístico el cual verá en sus campos la más que conocida X de la firma. Esta acción se suma a la larga lista de éxitos deportivos de la firma. Durante el mes de julio la firma estuvo presente en el **Mundial de Hockey Femenino Terrassa 2022** visitando a todo el staff y voluntarios del evento internacional.



Para los que prefieran disfrutar de temperaturas agradables y deportes de aventura, **Park Piolets MountainHotel & Spa** ofrece la mejor alternativa para disfrutar del buen tiempo en un ambiente idílico, rodeado de naturaleza y perfecto para hacer todo tipo de actividades en familia. Practicar senderismo por las montañas andorranas, acudir a espectáculos llenos de fantasía y diversión en el **Cirque Du Soleil** y patinaje sobre hielo son algunas de las propuestas que puede organizar el hotel. Para aquellas familias que se quieran tomar las vacaciones con más calma ofrece la posibilidad de vivir momentos únicos en el **spa** con el **pack Wellness en Familia**, así como disfrutar de la alta gastronomía china en el restaurante **KAO Soldeu**, que dispone de menú infantil.



Rosa Clará ha sido la encargada de diseñar el vestido con el que **Alejandra López Garro** dio el "sí, quiero" a **Joan Mir** el pasado domingo en una ceremonia celebrada en Mallorca. La esposa del reconocido piloto español de Moto GP y campeón del mundo en 2020 lució un vestido de estilo romántico.



Judit Mascó, Malena Costa, Esther Cañadas y Lidia Torrent, entre otras, apuestan por los diseños de **Virginia Vald**. La top catalana lució una de sus creaciones en la fiesta del 30 aniversario de **Woman en Ibiza**. La diseñadora, que vio el desfile desde el front row, creó su primera colección en 2013 de manera completamente autodidacta. Hoy en día, es una de las marcas más consagradas de **Adlib Ibiza**.

En familia

El agua, el perfecto aliado para el verano

Agua y verano, el dúo más icónico, pero ¿sabes por qué todos recomiendan beber agua regularmente cuando las temperaturas suben? En primer lugar, porque el agua tiene un beneficioso efecto termorregulador. ¿Y eso qué significa? Básicamente, que consigue reducir nuestra sensación de calor ya que equilibra la temperatura de nuestro cuerpo. En segundo lugar, está el hecho de que somos entre un 60%-75% agua, y eso implica que debemos beber de manera constante para mantener ese equilibrio. Ahora bien, en verano, se estima que perdemos unos 2 litros y medio de agua al día, por lo que debemos reforzar todavía más nuestra ingesta de líquido.

En última instancia, el agua hidrata y alimenta. ¿Y cómo lo hace? Pues contiene minerales como el calcio y el magnesio necesarios para el correcto funcionamiento de nuestro organismo. Estos ayudan al cuerpo en tareas como la contracción muscular, la formación de huesos y neurotransmisores o la coagulación de la sangre.

El agua es vital para nuestro bienestar, pero es cierto que, a veces, nos puede costar cumplir con nuestros objetivos de hidratación. Así que te traemos algunas opciones refrescantes para que disfrutes de tu bebida mientras cuidas de tu salud:

- **Agua natural o agua con gas.** El agua es la primera alternativa en la que pensamos cuando hablamos de hidratación. Podemos combinar el agua con fresas, limón, lima o melocotón para darle sabor y frescura a la bebida.

- Los famosos **Smoothies** que tanto vemos en redes sociales. Combinación perfecta de fruta batida con leche o yogur y un poco de agua. Una alternativa nutritiva y refrescante. Y si queremos que esté todavía más fría, podemos congelar la fruta previamente.



- **Cremas o sopas frías.** Platos sencillos de hacer a base de verduras de temporada, que no solo tiene un alto valor nutricional, sino que también contribuyen a la correcta hidratación. Son ideales para cenar o acompañar comidas.

- **Infusiones de hierbas con un poco de hielo.** Nos beneficiamos de las propiedades de las plantas, a la vez que contribuimos a hidratarnos.



**SPORT
&
STYLE**

Directora:
Carme Barceló

Email:
sportstyle@
diariosport.com

Teléfono:
932279400

SÍGUENOS EN:



sport.es



@sportstyle



@sportstyle15

Llenáte de vida este verano de la mano de Font Vella



Han vuelto los festivales, conciertos y eventos musicales y con ellos, las ganas de darlo todo, bailar y pasárnoslo bien. Pero para disfrutar de todos nuestros planes de verano, no debemos olvidarnos de beber agua. Por ello, este año **Font Vella** lanza la campaña Llenáte de vida con el objetivo de poner en valor la importancia de la composición mineral única de

su agua y de una correcta hidratación. Para la marca, Llenáte de vida significa romper paradigmas, ser uno mismo y, para eso, ha seleccionado a Sandra Delaporte, cantante y compositora del grupo DelaporteMusic para ser la imagen de su spot. No te pierdas a Sandra en sus próximos conciertos en Huesca, Cantabria, Almería y A Coruña.