



## Los rituales de las Selecciones Catalanas Femeninas

FUTBOL FEMENINO | 19/12/2019

Las capitanas de las Selecciones Catalanas sub 15 y sub 17 femeninas explican los rituales y las manías que tienen antes de salir al campo.



‘Saldremos, lucharemos, por Catalunya ganaremos.’ Este es el grito de guerra que canta la Selección sub 17 femenina instantes antes de salir al terreno de juego. Sea un duelo amistoso o un partido trascendental del Campeonato de España, este combinado catalán se conjura entre las cuatro paredes del vestuario para salir motivadas y con ilusión, luchar hasta el último instante y llevarse así, una gran victoria para Catalunya.

**Ariadna Mingueza**, capitana de la Selección Catalana sub 17 femenina y futbolista del FC Barcelona, sabe qué es competir en un Campeonato Nacional de Selecciones Autonómicas. Desde la sub 12 que va convocada con la Catalana y su espectacular



evolució la ha llevado a las categorías inferiores de la Selección española, con quien ha disputado diferentes torneos y Europeos. Trabajadora y ambiciosa, sabe que el brazalete es sinónimo de responsabilidad. “Más que responsabilidad como capitana dentro del campo, donde en todo momento tienes que dar la cara, se gane, se pierda o cuando haga falta, es fuera donde se tiene que notar más. Tienes que hacer piña, hacer grupo, ser la responsable”.



Para ella, el fútbol “lo es todo, de hecho, antes hacía música y lo dejé porque, para mí, ahora mismo el fútbol es vida. Sin este deporte no sería quien soy. Estar con las compañeras me aporta mucha felicidad y jugar dentro de un campo es como estar en otro mundo”. Siendo una jugadora tan joven, ya ha acumulado mucha experiencia sobre los hombros, y reconoce que una de sus manías antes de saltar al terreno de juego es “entrar con el pie derecho, hacer tres saltos y santiguar-me”.



**FEDERACIÓ  
CATALANA**  
DE FUTBOL



Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



**Nora Fernández** es la capitana de la Selecció Catalana sub 15 femenina y jugadora del RCD Espanyol. “Cuando juego a fútbol me olvido de todo y es el momento en el cual disfruto más en mi vida. Y es que este deporte me aporta seguridad y ganas de competir”. En su caso, su manía es “llevarme siempre la cinta azul para el pelo”.

Para **Fernández**, de segundo año, afirma que ser la capitana es “hacer que la sub 15 sea un equipo, que todas estemos juntas, que nos lo pasemos bien... En definitiva, hacer grupo. Nos animamos entre todas antes de jugar, somos un equipo muy competitivo y muy trabajador”.



**FEDERACIÓ  
CATALANA**  
DE FUTBOL



Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



Las dos capitanas confiesan que lo que no puede faltar nunca en sus vestuarios son unos altavoces para escuchar todo tipo de música, sea antes de un entrenamiento o de un partido. Es más, **Ariadna Mingueza** es la *DJ* de la sub 17 y, como ella misma ha declarado, “siempre hay diferentes estilos de música y como soy yo la que lo pone se escucha lo que tenga en aquel momento”.

## La elección de las capitanas

Para el técnico de la Selección sub 15, **Eduard Castillo**, la elección de las capitanas es muy importante, puesto que “son la conexión entre el staff y el grupo. Habitualmente son jugadoras que compiten en categorías altas, acostumbradas a ser exigidas semanalmente. Dentro del juego también tienen un peso específico, ya sea por su demarcación o por su personalidad. Son futbolistas con experiencia y liderazgo, y lo que queremos de ellas es que contagien al grupo el juego que planteemos. Tienen que generar dinámicas positivas. Y nosotros tenemos que ser capaces de detectar este perfil”.





**FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL**



Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



Por su parte, **Natàlia Arroyo** afirma que la elección de la capitana de la sub 17 “se hace en base a una serie de valores que nosotros creemos que tiene que reunir, como el liderazgo, el respeto al rival, la competitividad..., y que ya tenga una trayectoria con las Selecciones. Por lo tanto, tiene que saber como funciona el campeonato para que, en un momento dado, pueda calmar al grupo si está nervioso, dar sus consejos y que, futbolísticamente, tenga un peso y una importancia específica”.

Por eso, la elección de **Ariadna Mingueza** no es casualidad. “Mingueza ya ha participado en otras ediciones de estos campeonatos y es una jugadora que se hace escuchar por sus compañeras. En este caso, es una de las futbolistas más veteranas del grupo y tiene un rodaje extra porque ha tenido participación con el primer equipo del Barça. Por lo tanto, reúne muchas de las calidades que a nosotros nos interesa que tenga la persona que tiene que liderar en el grupo, tanto dentro como fuera del campo. Es una jugadora que ya tiene experiencia profesional y nos da este rigor”.



FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL



Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



En cuanto a los rituales, **Castillo** niega que tenga ninguna manía, “ni cuando he jugado ni ahora cuando entreno”. Simplemente, lo que pide “es seriedad a la hora de saltar al campo. Me fijo mucho en si las jugadoras manifiestan o demuestran las ganas que tienen de competir, así puedo intuir qué intenciones hay dentro del equipo cuando todavía estamos en el vestuario y, de este modo, evitamos que entren frías en alguna de las dos partes”. Del mismo parecer es **Arroyo**, puesto que “la rutina que tengo es la misma tanto en los partidos amistosos como en los enfrentamientos oficiales, pero no soy de ponerme un calzado en concreto o saltar al campo con una pierna u otra”.



**FEDERACIÓ  
CATALANA**  
DE FUTBOL



Departament de  
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081  
premsa@fcf.cat

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)



**GALERÍA DE IMÁGENES**

**VÍDEO PORTADA**