

GRADA



CLAROSCUROS

Puebla firmó una Olimpiada Nacional de **contrastes: creció hasta las 157 medallas y mejoró respecto al año pasado** • **Quedó lejos de la élite** y del Top-13 conseguido en 2012 como local • Luchas Asociadas, Taekwondo y Natación encabezaron la cosecha poblana **P. 4**

CLUB PUEBLA • P. 2

AP'26: SALIÓ EL CALENDARIO

Los enfranjados ya conocen el camino que deberán seguir durante el Apertura 2026 a partir de la primera fecha el 17 de julio.



ENTREVISTA

SHITARA SOMETE AL MACHISMO



LIGA MX FEMENIL • P. 3

APUESTAN POR DURÓN

La Franja Femenil presentó a Carlos Durón como su nuevo timonel para el Apertura 2026 para iniciar una nueva era.



Rodará el balón el 17 de Julio

El Club Puebla ya conoce el camino que recorrerá en el Apertura 2026. Arrancarán con visitas a Ciudad Juárez y ante el campeón Cruz Azul antes de presentarse ante su afición, mientras que ceerrarán la fase regular en casa frente al Atlético de San Luis.

CLUB PUEBLA

David Badillo

La Liga MX hizo oficial el calendario del torneo Apertura 2026 y con ello quedaron definidos los compromisos que afrontará el Club Puebla a lo largo de un semestre que comenzará lejos de la Angelópolis y que tendrá como principal novedad la distribución de partidos durante la primera jornada debido a la disputa de la final de la Copa del Mundo 2026.

El campeonato iniciará el jueves 16 de julio con el duelo entre el Necaxa y los azulgrana del Atlante en el estadio Victoria, marcando además el retorno de los Potos de Hierro al máximo circuito.

La programación de la fecha inaugural se extenderá sólo hasta el sábado 18 para evitar empalmes con el partido por el título mundialista, previsto para el domingo 19 de julio.

Para el equipo de la Franja, el arranque representará una exigente prueba de fuego. El conjunto poblano debutará el viernes 17 de julio visitando a los Bravos de Juárez en territorio fronterizo y a media semana volverá a salir de casa para enfrentr al Cruz Azul en el estadio Azteca.

De esta forma, los aficionados poblanos deberán esperar hasta el cierre de julio para ver a su equipo en acción en el estadio Cuauhtémoc. El estreno como local llegará el viernes 31 de julio, cuando el Guadalajara visite el inmueble dos veces mundialista en uno de los encuentros con mayor atractivo de la primera parte del calendario.



A partir de ahí, el Puebla alternará encuentros dentro y fuera de casa en una campaña que le presentará retos importantes frente a varios de los protagonistas habituales de la Liga MX. Entre las salidas más complicadas destacan las visitas a Pachuca, ante el América, los Tigres y Tijuana, plazas que históricamente suelen representar un desafío para los poblanos.

En contraparte, el Cuauhtémoc albergará compromisos de gran convocatoria. Además de las Chivas para la presentación, pasarán por Puebla equipos como Toluca, Monterrey, Pumas y el recién llegado Atlante.

Horarios definidos por el Cuauhtémoc

Otro de los aspectos que dejó claro la publicación del calendario es la apuesta por mantener

un horario estable para los partidos de local. El Puebla disputará prácticamente todos sus encuentros en casa los viernes a las 19:00 horas, un horario que se ha consolidado como la habitual para los encuentros de La Franja en los últimos torneos.

La única excepción será la Jornada 15, cuando los Pumas visiten la Angelópolis en un encuentro programado para las 21:00 horas. Incluso el duelo de media semana frente al Monterrey, correspondiente a la Jornada 13, se mantendrá dentro del horario de las 19:00 horas.

Con el calendario ya definido, el conjunto poblano cuenta con poco más de un mes para afinar detalles de cara a un torneo en el que buscará recuperar protagonismo y ofrecer una mejor versión.



“Historia con Goles” vuelve a la imprenta

El exjugador enfranjado y responsable de la reedición de “Historia con Goles” aseguró que gran parte de la afición actual desconoce la dimensión histórica del Puebla. La obra, iniciada por su padre, Emmanuel Couttolenc, recopila desde la fundación del club hasta el ascenso de 2007.

CLUB PUEBLA

David Badillo

Para Emmanuel Couttolenc, la crisis de identidad que atraviesa el Club Puebla no sólo se explica por los resultados deportivos o los constantes cambios de administración, sino también por el desconocimiento de la propia historia de la institución.

Durante una visita al estudio de Desde La “GRADA”, el exfutbolista de La Franja presentó la nueva reedición de “Historia con Goles”, obra elaborada originalmente por su padre, Emmanuel Couttolenc, exdirectivo de los Camoteros, quien dedicó décadas a recopilar datos, fotografías, documentos y estadísticas sobre el equipo.

El libro, considerado por numerosos aficionados e investigadores como uno de los trabajos documentales más completos sobre el Puebla, reúne partido por partido la trayectoria del club desde sus orígenes hasta el ascenso conseguido bajo el mando de José Luis Sánchez Solá.

“Mi papá empezó a recopilar información desde muy joven. Cuando sufrió un infarto me dijo que no quería morir sin terminar el libro. Esta ya es la tercera edición y es un homenaje a su memoria”.

Viaje por toda la historia

La publicación no se limita a narrar campeonatos o etapas exitosas. También documenta los primeros años de la institución, la construcción del Estadio Cuauhtémoc, los cambios de directiva, las alineaciones, los resultados y buena parte de los episodios que marcaron la evolución del club.

Según explicó Emmanuel Couttolenc, uno de los objetivos de la obra es preservar hechos que con el paso de los años han quedado fuera de la memoria colectiva de la afición.

“Todo lo que está en el libro es historia. Mi papá decía que no puedes quitar personajes o episodios porque te gusten o no te gusten. La historia es la historia y el Puebla de hoy se debe a todos los que aparecen ahí”.

Couttolenc considera que una parte importante de los seguidores más jóvenes desconoce incluso los capítulos fundamentales de

la institución, desde el ascenso a Primera División hasta la época del Campeonato o las grandes figuras que ayudaron a construir la identidad del equipo.

“El Puebla es un equipo grande”

Durante la charla, el también exjugador defendió el peso histórico de La Franja dentro del fútbol mexicano y lamentó que tanto aficionados como directivos y futbolistas lleguen al club sin dimensionar lo que representa vestir la camiseta poblana.

“Cuando llegué a Chivas me explicaron desde el primer día la historia del club y lo que significaba jugar ahí. Puebla también es un equipo grande, pero muchas veces ni los jugadores ni los directivos conocen esa historia”.

A su juicio, la pérdida de identidad ha provocado que la exigencia de la afición disminuya con el paso de los años.

“Antes el estadio era bravísimo. La gente exigía desde el primer minuto. Hoy muchas veces se olvida lo que ha sido Puebla y lo que históricamente debería representar este equipo”.

Una obra de consulta obligada

La reedición de Historia con Goles surge después de que la primera impresión coincidiera con el periodo de la pandemia, circunstancia que limitó considerablemente su difusión.

Couttolenc reveló que el libro ha recibido incluso mayor reconocimiento fuera de Puebla que dentro del propio estado y destacó que diversas estadísticas y referencias históricas utilizadas actualmente tienen como base la investigación desarrollada por su padre.

“Yo traté de acercarme con ellos, me dicen que tienen el libro y que muchas de las cosas que ellos sacan en sus redes se apoyan en el libro, cosa que agradezco, porque están tomando como base el trabajo de mi papá”.

La obra puede adquirirse directamente con Emmanuel Couttolenc (contacto a través de su cuenta de Instagram @emmanuelcoutholenc.e) y tiene un costo de 500 pesos.

Más información en **GRADA.MX**

Carlos Durón, el nuevo timonel

La Franja Femenil presentó a su nuevo entrenador para el torneo Apertura 2026. Durón cuenta con experiencia como auxiliar en categorías menores, Liga MX Femenil y recientemente en Liga TDP Femenil.

SALTO IMPORTANTE

Alfareros de Tonalá, conjunto de la TDP Femenil, aportará dos técnicos a la Liga MX Femenil para el Apertura 2026: Carlos Durón con el Club Puebla y Hugo Sánchez con las Centellas del Necaxa.



CLUB PUEBLA FEMENIL

Gerardo Cano

Después de varios movimientos en el plantel y algunas dudas sobre el futuro inmediato, finalmente el Club Puebla Femenil dio a conocer la llegada de su nuevo director técnico siendo Carlos Durón el elegido para tomar las riendas de La Franja para el Torneo Apertura 2026 como una opción refrescante de entrenadores de la Liga MX Femenil.

A través de las redes sociales, el conjunto camotero presentó a su nuevo entrenador, quien tendrá su primera experiencia como técnico de Primera

División siendo la gran oportunidad que ha buscado para consolidar su carrera en el máximo circuito del balompié rosa de nuestro país.

En el comunicado, La Franja también dio a conocer que el nuevo timonel franjazul estará acompañado de su cuerpo técnico conformado por su auxiliar técnico, Julio Servín, además del preparador físico, Josué Garzón, quien ya conoce la institución desde adentro al subir de la categoría Sub-19.

Reto importante

En sus primeras palabras, el director técnico de La Franja Femenil se dijo emocionado por llegar al equipo camotero exponiendo que se trató de una oportunidad irrepetible, la cual adelantó, aprovechará al máximo para aplicar todo lo que ha desarrollado por mucho tiempo en categorías menores.

“Soy un fiel creyente de que las oportunidades se tienen que tomar, cuando te llegan es por algo. Creo que hoy tocaba esa oportunidad y ahora puedo fomentar lo que llevo haciendo en mi carrera para demostrar que en Puebla podemos hacer grandes cosas”.

Dentro de sus primeras impresiones como timonel enfranjado, Carlos Durón mencionó que el sello distintivo que plasmará con el cuadro poblano será el orden en todas las líneas, además de mostrar un esquema en donde no se escatime el esfuerzo por conseguir un resultado favorecedor.

“Nosotros vamos a partir del orden, eso es algo que se verá en cada partido como nuestro sello particular;

la competitividad y combatividad son cosas que no faltarán para los resultados lleguen solitos”.

El entrenador nacido en Aguascalientes está listo para encabezar la pretemporada del cuadro enfranjado que dio inicio esta semana con el plantel que sobrevive a la oleada de once bajas que ha tenido el Club Puebla Femenil las cuales fueron anunciadas en las últimas semanas.

Experiencia en juveniles

El perfil del nuevo director técnico del Club Puebla Femenil presume de un largo camino en el balompié rosa nacional como ser auxiliar en Bravas de FC Juárez y Mazatlán FC en la categoría Sub-16 entre 2020 y 2023. Posteriormente, comenzó su andar en la Tercera División Profesional (TDP) Femenil con Cafessa Jalisco, Halcones Zapopan y Alfareras de Tonalá en la rama femenil.

Con el cuadro de Tonalá, “El Profe” mostró cosas interesantes con el cuadro tapatío entre 2025 y 2026 consiguiendo resultados loables como el título occidental de la TDP Femenil, semifinalista de la Copa de Luna 2026, además de hacerlo protagonista en las Liguillas con un equipo formativo presumiendo un estilo de juego dinámico, ofensivo y de buen toque de pelota.

Con su manejo de equipo, resultados positivos y dando espacios a nuevos técnicos mexicanos, Carlos Durón se unirá a la lista de directores técnicos que han debutado en la Liga MX Femenil dirigiendo al Club Puebla, lista por la que pasó su antecesor Carlos Adrián Morales, Guillermo Cosío, María José “Majo” López, por mencionar algunos.

Más información en **GRADA.MX**

Romero dominó el Grand Prix de Roma

La originaria de Tehuacán se consagró como la mejor competidora en el evento realizado en Italia tras imponerse en la final de menos 47 kilogramos. El triunfo le dará puntos en el ranking internacional, clave para el ciclo de Los Ángeles 2028.

POLIDEPORTIVO

Gerardo Cano

El parataekwodo mexicano sigue respondiendo con grandes resultados en eventos internacionales, pues de la mano de la mítica María del Rosario Espinoza y Janet Alegría como entrenadoras, el equipo nacional tuvo una brillante actuación en el Grand Prix de Roma, Italia donde la poblana Claudia Romero se consagró campeona en la categoría de menos 47 kilogramos femenil.

La paratekwondoina de Tehuacán formó parte de la Selección Mexicana que viajó a Italia para competir en este evento que forma parte del calendario anual de la World Para Taekwondo que suma puntos en el ranking internacional, asunto importante para quienes desean llegar a los Juegos Paralímpicos Los Ángeles 2028.

Gracias a esta conquista, la tehuacana sumó una medalla más



a su brillante palmarés consolidándose como la mejor exponentes mexicana en la categoría, además

de seguir extendiendo la racha positiva en este 2026 donde ya conquistó el oro en el abierto de Las

AÑO BRILLANTE

Claudia Romero ha ganado tres medallas de oro este 2026: en el Abierto de Las Vegas, Nevada; el Campeonato Panamericano en Brasil y el Grand Prix de Roma.

Vegas, Nevada, el oro en el Campeonato Panamericano en Brasil y ahora el de tierras italianas.

Los tres oros ganados en lo que va del año colocan a la paratleta poblana como candidata a ser ubicada número uno del ranking internacional de World Para Taekwondo en su próxima actualización, hecho que podrá ser posible gracias a los puntos obtenidos en este último Grand Prix que eleva la posición de los ganadores.

Más información en **GRADA.MX**

Luces y sombras en Olimpiada Nacional

La delegación de Puebla tuvo un crecimiento considerable con las 157 preseas obtenidas este año en comparación a 2025. Sin embargo, quedó lejos del lugar #13 que consiguió en el medallero de 2012 cuando fue sede.

 POLIDEPORTIVO

Gerardo Cano

Por el Mundial de FIFA donde México es anfitrión por tercera ocasión en su historia, el máximo evento deportivo juvenil, la Olimpiada Nacional 2026, se tuvo que adelantar compactando el calendario compacto entre abril y junio.

Durante casi dos meses, Puebla -sede principal- y otros siete estados de la República Mexicana se encargaron de recibir a cientos de competidores de todo el país para enaltecer el talento juvenil que tiene el país en la prueba más importante que tiene la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE) la cual celebró su 30 aniversario en la edición 2026.

Tras el magno evento, GRADA realizó el análisis del desempeño de la delegación poblana, la cual tuvo actividad en 38 de las 51 disciplinas del programa presumiendo una importante participación al lograr la segunda mejor consecución de preseas con 157 medallas, producto de 24oros, 54platas y 79bronces.

En términos de medallas, la ac-

tuación de Puebla en la Olimpiada Nacional 2026 fue de las mejores en los 30 años de vida que tiene el evento de CONADE quedando a sólo una medalla de igualar el récord de 158 obtenido en el lejano 2012 donde la Angelópolis también fue anfitrión. Sin embargo, cabe recordar que en aquella época se tenía una cantidad menor de disciplinas en el programa de Olimpiada Nacional.

En la inmediata comparación, la delegación se superó en cifras totales pasando de las 121 preseas (11oros, 40platas y 70bronces) a las 157 de este año. Las disciplinas que aportaron la mayor cantidad de medallas fueron Luchas Asociadas con 28 preseas; Taekwondo con 18; Natación con 17; Karate con 11, así como el Atletismo y la Gimnasia Trampolín con 10.

Con un aumento considerable en los tres podios, la Angelópolis ha podido dar un paso que corresponde al aumento considerable de apoyos en los distintos deportes teniendo una nueva encomienda hecha por el gobernador de Puebla para la próxima edición: la participación en las 51 disciplinas para 2027, un reto nada menor para los deportes que siguen mermados.



Luchas Asociadas lideró el medallero

Por segundo año consecutivo, las Luchas Asociadas fueron la disciplina líder en el medallero de Puebla al conquistar 28 medallas siendo cuatrooros, nueveplatas y 15bronces logrando superar su marca de 2025 cuando consiguió 28 preseas igualando la cifra de tiro con arco en 2003.

Gracias al desempeño colectivo, Luchas Asociadas ya marcó un nuevo récord en la historia de Olimpiada Nacional al tener la actuación más fructífera en la historia reciente de Puebla con esas 28 preseas que impulsaron bastante a la entidad en la segunda parte del magno evento de CONADE.

En segundo lugar y siendo una grata revelación para la entidad fue el caso de Taekwondo que pasó de ocho a 18 medallas conseguidas en la Olimpiada Nacional 2026 colocándose entre las mejores disciplinas que lideró a Puebla en los podios.

En tercer lugar, la Natación hizo acto de presencia al conseguir 17 medallas de gracias al desempeño del equipo acuático que mostró poderío en la alberca pasando el récord de 2025 que fue de 13 preseas, destacando que Puebla tuvo dosoros en esta edición, algo que no ocurrió el año anterior.

En cuarto sitio, apareció el Karate que presentó una ligera disminución de 12 a 11 medallas, destacando que este año se logró un oro con una nueva generación de karatecas, sin embargo, el resultado genera una autoevaluación entre los dojos por haber sido una de las disciplinas donde Puebla fue local y no pudo conseguir resultados superiores.

Por su parte, en quinto sitio, el Atletismo vivió un momento espe-

cial con la última aparición de Miriam Sánchez cerrando a lo grande como tricampeona nacional en los 100 y 20 metros. La delegación poblana culminó con 10 preseas, una menos que el año pasado pero con cifras similares que hacen pensar en el recambio generacional.

Empatado en el quinto peldaño, la Gimnasia Trampolín cerró la ON 2026 con el mismo número de preseas que 2025 teniendo un crecimiento considerable en cuanto a losoros y platas, además de la actuación de Carlo Ledo, seleccionado nacional que logró seis medallas tanto a nivel colectivo como individual.

Marcando la pauta

La lista sigue con el Ciclismo que tuvo una participación sensacional pasando de una presea en 2025 a seis medallas conquistadas esta edición incluyendo un oro por equipo varonil Sub-23. Por su parte, el levantamiento de pesas también creció pasando de tres a seis medallas duplicando los podios.

Mientras tanto, la Gimnasia Artística se encargó de cerrar la participación de Puebla en el magno evento de la CONADE logrando seis medallas, triplicando lo conseguido el año anterior que fueron dos, lo cual habla de un desarrollo importante en una generación que pese a la falta de infraestructura, responde a la hora buena.

Un caso peculiar fue el Judo de Puebla que el año pasado sólo consiguió una medalla que fue oro, mientras que esta edición logró extender a cinco el número de preseas pero con dos platas y un bronce, situación parecida al Tenis de Mesa que aumentó de tres a cinco medallas pero que este año fueron puros bronce.

Sorpresas positivas

Entre las revelaciones de este año, el deporte ciencia del Ajedrez se ganó las palmas por la actuación del pequeño Alejandro Gómez que le dio a la entidad dosoros completamente inesperados. El año pasado, Puebla se fue en blanco en la disciplina en la que fue sede.

En esa lista también se integró la Charrería que anualmente promedia un podio, aunque este año duplicó su cosecha con cuatro preseas (2oros y 2platas). Por su parte, Patines Sobre Ruedas hizo valer la localía con cuatro medallas siendo un oro, una plata y dos bronce, opuesto al año pasado cuando Puebla se fue con las manos vacías.

Entre los casos más llamativos de este año, el Remo dio a Puebla una de las primeras medallas de su historia otorgando una por podio dejando un capítulo inédito en esta disciplina. Por su lado, el Frontón también creció este año triplicando la cosecha con dos platas y un bronce.

La Gimnasia Rítmica también hizo lo propio consiguiendo tres medallas de bronce para Puebla las cuales superan en demasía lo hecho el año pasado que se fue en blanco. Casos similares al Tiro con Arco y el Baloncesto 3x3 que sumaron al estado preseas para la edición de este año.

Otras sorpresas para este año fue el Rodeo que hizo historia en San Luis Potosí con el bronce conquistado por Renata Blasco, al igual que el Golf donde Puebla fue sede con el bronce por dobles ganado gracias a Fernanda Gutiérrez e Isabel Kuri.

LAS 157 MEDALLAS DE PUEBLA EN LA OLIMPIADA NACIONAL 2026				
Disciplina	Total	Oros	Platas	Bronces
Luchas Asociadas	28	4	9	15
Taekwondo	18	1	4	13
Natación	17	2	7	8
Karate	11	1	2	8
Atletismo	10	3	6	1
Gimnasia Trampolín	10	4	3	3
Ciclismo	6	1	1	4
Halterofilia	6	0	2	4
Gimnasia Artística	6	0	3	3
Judo	5	0	2	3
Tenis de mesa	5	0	0	5
Ajedrez	4	2	2	0
Charrería	4	2	2	0
Patines sobre ruedas	4	1	1	2
Remo	3	1	1	1
Boxeo	3	1	1	1
Frontón	3	0	2	1
Gimnasia Rítmica	3	0	0	3
Esgrima	2	0	1	1
Escalada Deportiva	1	1	0	0
Tiro con Arco	1	0	1	0
Básquetbol 3x3	1	0	0	1
Rodeo	1	0	0	1
Golf	1	0	0	1
Hockey In Line	1	0	1	0
TOTAL	157	24	55	78

Más información en **GRADA.MX**