

AIA • GETARIA • ORIO • ZARAUTZ • ZUMAIA ■ KIROL ALDIZKARI

# sasoiari

2011ko uztaia

25. zenbakia



**ORIO ETA ZUMAIKO TRAINERUAK**  
Aro berri baten aurrean • 8

**PULTSULARIEN ARTEAN**  
Halterofiliako Zarautz Saria • 10

**ETORKIZUNeko TRIATLETAK**  
Askizuko egonaldia haurrentzat • 12

**Mireia Osa**

**"Txirrindularitza gogorra bezain sakrifikatua da, eta puntuan jartzea asko kostatzen da" • 4**



# Lau t'erdiko final «mitikoa» aztertu du Iñaki Bidegainek

Erredaktorea

Aritz Mutiozabal

Harremanetarako: 607 615 239

e-posta: sasoian@sasoian.info

Argazkiak

AZALA: Urola Kostako Hitza.

Sasoian 2.0: Urola Kostako Hitza.

Beroketa ariketak: Urola Kostako Hitza.

Berriketa: Urola Kostako Hitza.

Kronika: Joxemari Olasagasti.

Taldea: ZKE Halterofilia Atala eta

Urola Kostako Hitza..

Kirolari gazte: Zumaiaiko Pilota Eskola,

Zarautz Balea Igeriketa Taldea eta

Urola Kostako Hitza.

Hariari tiraka: Peio Romatet (Distira

Argazkilarik Elkartea), Alex Caparros,

Zumaiaiko Udala, Zarauzko Surf

Elkartea eta Urola Kostako Hitza.

Erronka: Iñigo Peña.

Diseinua

Roberto Gutierrez

Maketazioa

Ane Azkue

Edukien garapena

Urola Kostako Hedabideak EM

Inprimategia

Orvy EM

Argitaratzailea

**SASOIAN** aldizkaria **Urola Kostako**

**Udal Elkarteak** argitaratzen du.

Hilabetekari honek Aia, Getaria, Orio,

Zarauz eta Zumaiaiko kirol albisteak

jasotzen ditu.

[www.sasoian.info](http://www.sasoian.info)



**Urola Kostako Udal Elkarteak**

kudeatzen du sasoian.info webgunea.

Aia, Getaria, Orio, Zarautz eta

Zumaiaiko kirol albisteak, agenda

nahiz emaitzak topatuko dituzu bertan.

UROLA KOSTAKO

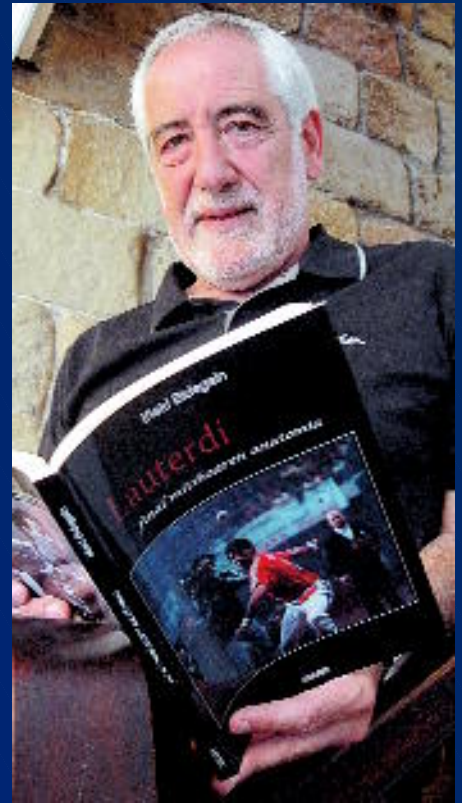


UDAL ELKARTEA

## Pilotazalea den aldetik,

Iñaki Bidegain neurologo zarauztarrak *Lauterdi. Final mitikoaren anatomia* liburua plazaratu berri du, Hiria argitaletxearen eskutik. Joan den hilean aurkeztu zuen Zarauzko Zazpi Kultur Etxean. Julian Retegik eta Augusto Ibañez *Titin* pilotariek 1997an Gasteizko Ogeta frontoian elkarren aurka jokatu zuten final «mitikoa» dakar gogora saiakerak. Partida hura Retegik irabazi zuen 22-21 emaitzarekin, *Titin* uneoro aurretik joan ondoren. «Liburu hau omenaldia da. Omenaldia bi pilotari protagonistei, baita adinari eta jakinduriari ere. Gaur egun neurozientzian esaten den bezala, adinarekin jakinduria luzatu egiten da. Beraz, jakinduria hori aprobetxatu egin behar dugu», nabarmendu du Bidegainek. Izan ere, «*Titin* gaztea zen eta indar askorekin zetorren; Retegik, berriz, 43 urte zituen. Guztiok konbentzitura geunden gazteak mendean hartuko zuela, baina, era berean, geure zalantzak genituen. Retegik beti egiten zituen gauza zailak, ongi entrenatzen zen, gorputza oso indartsu zuen oraindik...». Eta, azkenean, pilotari beteranoa izan zen txapeldun.

Lauterdi ez da aipatutako pilota partidaren kronika hutsa, neurozientziaren ikuspegitik baitago aztertuta. Azken finean, «pilota jokoan gauza asko hartu behar da kontuan. Horien artean, pertsona bera, bere burua, sentimenduak eta emozioak, eta alderdi horien guztien kudeaketak, kontrolak edo ongi bideratzeak dakarren arrakasta. Momentu kritikoetan, eliteko kirol batean, gauza horiek guztiak oso agerikoak ziren Retegiren jokaeran eta jokoan. Eta, are nabarmenago egiten zen, berak gauza horiek guztiak 43 urterekin adierazten zituelako. Beraz, nik pentsatzen nuen hori guztia liburu batean jaso behar nuela, hor gelditzeko», dio egileak. 2007an argitaratutako *Banaka* liburuan ere azterketa bera egin zuen. Orduan ere zentzu nahiz ikuspegi bera eman nahi izan zion Julian Retegiren eta Ladis Galarzaren arteko banakako finalari.



Idazteko prozesua nahiko ausarta izan dela adierazi du Bidegainek. Hain zuzen ere, «nire burutik ateratzen zen guztia idatzi nuen; hau da, gogoratzen nuen guztia jaso nuen». Liburu bi ataletan dago banatuta. Lehenengo atalean Retegiren eta *Titin*-en sentimenduak bildu ditu; besteak beste, entrenamenduetan eta finalean zitu zen sentipenak. Behin idatzita, Retegiri pasatu zion irakurtzeko, eta honek «beti bere buruan sartzen naizela esan zidan, baita bere burua berak baino hobeto ezagutzen dudala, eta hori ez zaiola asko gustatzen esan ere». Bigarren atalean, berriz, tantoz tanto partidaren kronika egin du, une bakoitzean zer gertatu zen kontatuz. *Banaka* liburuan bezala, *Lauterdi*-ko hitzaurrea eta epilogo pilotari protagonistei eskatu die idazteko; hala, Retegiren hitzak irakur daitezke liburua hasieran, eta *Titin*-enak bukaeran. Aurreko lana bezala, *Lauterdi. Final mitikoaren anatomia* ere gaztelaniaz idatzi du, eta Jexux Zufria zarauztarrak itzuli du euskarara.

# Ahalegin fisikoaren azterketa sakona

**FITXAKETA** kontuak medio, jokalariai esfortzu probak egiten agertzen dira komunikabideetan. Baina, zer dira eta, zertarako balio dute? Kirolaria fisikoki zer moduz dagoen eta, oro har, bere osasun egoera zein den jakiteko balio du; hau da, bere potentzial fisikoa, gaitasun fisikoa, entrenamendu maila eta lehiarako dituen aukerak zehazteko. Froga egin aurretik, oinarritzko azterketa medikua egiten zio pazienteari, gaixotasunik izan den jakiteko, bere elikadura ohituren berri izateko eta miaketa fisiko orokorra egiteko. Azterketaren ondoren, esfortzu proba egiten zaio korrikako zinta edo makina baten gainean. Zintaren abiadura progresiboki aregotuz doa, kirolariaren erresistentzia akitu arte. Ahalegina oxigeno-maskara batekin kontrolatzen dute, hartutako oxigenoa eta botatako karbono oxidoa neurtzeko uneoro. Era berean, gor-

putzean hainbat elektrodo jartzen zaizkio, bihotzaren jardura eta taupadak erregistratzeko, elektrokardiograma jarrai baten bidez.

Oxigenoaren eta karbono oxidoren arteko harremanari eta taupadari esker, kirolariaren atariak izeneko parametro medikuak zehazten dira. Atariak zenbakizko baloreak dira, eta balore horiek oxigenoaren kontsumoaren arabera finkatzen dira. Balore horiei esker, atari aerobikoak (lasterketa jarrairako atariak) eta atari anaerobikoak (lasterketa bizi-rako eta serietarako atariak) zehazten dituen bihotz-frekuentzia batzuk markatzen zaizkio kirolari bakoitzari.

Esfortzu probak, gainera gehieneko oxigeno-kontsumoa ( $VO_2$  max.) zein den esango dio kirolariari; hau da, intentsitate altuko ahalegin batean gorputzak gehienez ere zenbat oxigeno aprobetxa dezakeen.

Nor bere osasun egoera eta entrenamendu maila zein den jakiteko balio du esfortzu probak. Kirolariaren muga fisikoa zein izan daiteken azaltzen du, baita zeintzuk diren entrenamendu bakoitzerako egokiak diren bihotz-frekuentziak ere. Proba baliatuz, balizko gaixotasun kardiobaskularrak prebenitu daitezke, baita giharretako minak nahiz entrenamenduetako okerrak saihestu ere.

### NORENTZAKO DA BALIAGARRIA?

Eliteko kirolariak eta jardura handiko kirolariak egiten duten arren, edonork egin dezake esfortzu proba. Bakoitzari dagokion mailaren arabera intentsitatearekin egiten zaio azterketa.

Entrenamendu plangintza bat jarraitzen duten korrikalariei, adibidez, asteko entrenamendu-saio bakoitza zein bihotz-frekuentzitan egin zehaztuko dio probak. Hain zuzen ere, zenbat taupadetara egin behar dituzten errodaje lasaiak, biziak, errepikapen luzeak nahiz motzak eta gainerako ariketak.

Kirola gutxi praktikatzen dutenei edo praktikatzen ez dutenei ere informazio baliagarria eman dakieke esfortzu frogak. Azterketa sakona denez, osasun egoera errearen berri emango du. Hala, gaixotasunak prebenitzeko aukera izango dute, eta ariketa fisikoa inolako arrisurik gabe egiteko pautak egokiak jasoko dituzte.





### Mireia Osa

Txirrindularia

# «Jakín badakit denboraldi bukaera alderako egongo naizela ondoen»

**Debarrena-Gipuzkoa taldeko txirrindularia da Osa; Gipuzkoako UCI talde bakarra da. Kadete mailan iritsi zen Eibarko tropelera, eta aurtengoa bigarren urtea du helduen mailan.**



**TXIKITATIK** datorkio txirrindularitzarako zaletasuna Mireia Osari (Zumaia, 1991). Etxeko giroak bultzatuta, hamar urterekin bizikleta gainera igo eta probatzeko gogoia piztu zitzaion. Jarraian, txapelketa batzuk irabazi zituen, eta guztiz motibatuta, harra barru-barruraino sartu zitzaion. Kadete mailetan etxeko taldea utzi eta Eibarko Debarrena taldean hasi zen; bat-batean, helduekin entrenatzera pasatu zen. Bere lehen urtea, ordea, ahazteko modukoa izan zen: pistan erori eta lepauztaia hautsi zuen. Lesiotik osatu bazen ere, belauneko minez hasi zen, aldaka mugituta zuelako. Arazo fisi-

koen erruz, bi urte joan zitzaizkion ezertxo ere egin gabe. Jubeniletako bigarren denboraldian itzuli zen errepidera, eta egun Debarrena-Gipuzkoako helduen taldean dabil.

**Aurten bigarren denboraldia duzu helduen mailan. Zer-nolakoa balantzea egiten duzu lehen urtetik hona?**

Jubeniletatik seniorretara dezenteko jautzia antzeman nuen. Beste erritmo batera korritzen ditugu lasterketak, eta kilometro kopurua ere handiagoa da; jubeniletan batez beste 60 kilometro egiten bagenituen, orain 100 kilometro pasatxo egiten ditugu. Askotan, lasterkete-

tara joaten garenean, ongi ibiliko zarela pentsatzen duzu, baina proba hasi orduko konturatzen zara zer-nolako maila dagoen tropelean. Oro har, bi urte hauek esperientzia hartzeko baliatzen ari naiz. Izan ere, iaz hasi nintzen nazioartean lehiatzen.

**Senior mailarako kirol profesionalera jauzi egitea bezala izan al da?**

Berez emakumezko txirrindulari profesionalak gara, nahiz eta ez garen honetatik bizi. Txirrindularitzaz gain, ikasketak, lana eta beste-lako kontu batzuk ditugu. Nik, behintzat, ez dut txirrindularitza



**MIREIA OSA**

ZUMAIA, 1991

## « Askotan, hobe da lasterketa ez bukatzea eta taldeburuarentzat lan ona egitea »

ogibidetzat. Zaletasuna dut, eta momentuz horretarako denbora ere bai. Beraz, ahal dudan guztia egingo dut bizikletarekin jarraitzeko. Gutxi batzuk dira profesional gisa aritzen direnak, atzerriko zenbait txirrindulari edo talde normalean. Urrutira joan gabe ere, nire taldekide Leire Olaberria txirrindularitaztik bizi da egun. Gainerakook, ordea, ez.

### **Eta, orain, denboraldiko zein sasoi tan zaude?**

Oraingo martxa hartzen ari naiz; nolabait esateko, nire denboraldiaurrean nago. Baina, jakin badakit denboraldi bukaera alderako egongo naizela ondoen. Duela gutxi bukatu ditut hezkuntza fisikoko ikasketak, eta ez dut behar bezala prestatzeko astirik eduki. Pixkanaka-pixkanaka, ordea, sasoi jarriko naiz. Datorren ikasturtean fisioterapia ikasi nahi dut etxetik kanpo. Beraz, aurrerantzean ere ez dakit entrenatzeko nahi adina denbora izango dudana. Dena dela, jarraitzeko gogorik ez zait falta.

### **Zein lasterketa korritu dituzu eta zer moduz joan zaizkizu?**

Oraingo arteko lasterketa gehienetan hartu dut parte, baina gehiegi entrenatu gabe. Izan ere, eguerditik aurrera praktikak egiten nituen eta 23:00ak aldera arte ez nintzen itzultzen etxera. Ondorioz, goizak aprobetxatzen nituen bizikletarekin ateratzeko. Martxo eta apirila artean, adibidez, egun bakarreko hiru lasterketa jokatu nituen: Euskaldun Torneo, Frantziako





Cholet Pays de Loirekoa eta Pujolskoa. Egia esan, gustura aritu nintzen. Ezberdina da, tropela jendetsuagoa delako eta maila handia dagoelako. Egindako lanarekin pozik nago, aurre samarrean ibili bainintzen, nahiz eta gero atzean geratu. Askotan, proba bukatzearekin konformatzen zara.

### **Horrelako lasterketetan talde bezala lehiatzen duzue ala modu indibidualen?**

Talde bezala funtzionatzen dugu. Indartsuen dauden kideei laguntzea da gure zeregina. Alegia, tropelean egon daitezken ihesaldiak kontrolatzea, taldeburuak indarrak azkenerrako gorde ditzan. Beraz, egindako lana ez da sailkapenean lortzen dudana postuaren arabera baloratzen. Askotan, hobe da lasterketa ez amaitzea eta taldeburuarentzat lan ona egitea, taldean kolaboratu gabe lasterketa bukatzea baino.

### **Maila pertsonalean, zeintzuk dira zure ezaugarriak? Sprinterra al zara ala mendikoa?**

Hobeto moldatzen naiz sprintean eta errodajea. Mendikoa ez naiz, behintzat. Nire ezaugarria bizkortasuna da. Horregatik, taldeko nire lana gai-

nerako taldeen erasoak ahalik eta azkarren saihestea da. Aitzitik, mendiko edo aldapa luzeko lasterketetan laguntza gutxi eman dezaket oraingoz. Aurrera begira gehiago landu nahiko nituzke maldak. Izan ere, edozein probatan izan dezakezu aukeraren bat, eta eremu guztietan ongi moldatzea komeni da. Egia esan, ikasten jarraitzeko asmoa dut gerorako. Kide onak ditugu taldean, eta egunetik egunera asko erakusten digutela konturatzen naiz. Niri ere gustatuko litzaidake gazteagoei irakastea helduago izaten.

### **Leire Olaberria eta Debora Galvez bezalako txirrindulari ezagunak dituzu taldekide. Horiekin tropelean joateak ez al du errespeturik sortzen?**

Hasieran errespetu pixka bat ematen zidan, munduko txapelketetan edo Olinpiar Jokoetan ibiliak baitira. Hala ere, ezin zara horretan pentsatzen hasi. Azkenean, taldekide bat gehiago zara, eta beraiekin batera korritu behar duzu. Hortaz, beraieganetik ikasteko eta gozatzeko aprobetxatu behar dut. Erreferente gisa ditugu, bai, baina egunerokoan normaltasun osoz aritzen gara elkarrekin. Bat gehiago dira taldean, eta ez dira inolaz ere izarak. Gainera,

**MIREIA OSA  
txirrindulari  
zumaierak  
Debabarrena  
taldean  
korritzen du.**

esker onekoak dira eta laguntzeko prest daude beti. Talde giro jatorra dugu, egia esan.

### **Guztiok elkarrekin entrenatzen al duzue?**

Neguan, larunbatero elkartzen gara Eibarren, bai emakumezkoen taldea, bai gizonezkoen afizionatu taldea, batera entrenatzeko. Ehun kilometro inguru egiten ditugu, Zumaierantz edo Markinarantz joanez. Lasterketak jokatzen hasten garenean, aldiz, zailagoa da, nahiz eta batzuk gizonezkoekin entrenatzen duten. Bakoitza herri ezberdinetakoa garenez, nor bere kasa moldatzen da aste barruan.

### **Zeintzuk dira taldearekin finkatu dituzuen helburuak?**

Ekaineko Emakume Biran lan txukuna egitea zen helburua, baita Giroan eta Frantziako Tourreko klasiketan ere. Halako itzulietara ondoen dauden taldeko bospasei txirrindulari joaten dira, eta hor sartzea ez da erraza. Aurretik, nazioarteko lasterketak jokatu nahi ditut, gehien bat esperientzia hartzen joateko. Gainerakoan, hemen inguruko lasterketetan hartuko dut parte. Adibidez, Durango-Durango proba jokatu nahi nuen ekaina hasieran, baina alergiak kontuak medio,

ezin izan nuen parte hartu. Oraindik, urria bitartean, lasterketa garrantzitsuak geratzen dira, baina Durango-koarekin zapore gazi-gozoa geratu zait; izan ere, lasterketa hura prestatzen aritu nintzen eta jokatzeko gogo biziak nituen.

### Taldeak itzulietarako hautatzen dituen horien artean tokia egitea hitz potoloegiak al dira?

Oraindik, bai. Hala ere, gauzak ongi egiten hasiz gero, aukerak izan ditzaitez. Orain arte gauzak ez zaizkit nahi bezala atera, lesioagatik eta abarrentzat, baina pixkanaka nire onera etortzen eta ongi entrenatzen hasi naiz. Ilusioa dut, eta gero eta hobeto sentitzen naiz. Bolada txarrak pasatzen dituzu, eta maiz txirrindularitza uztea ere pasatzen zaizu burutik, baina ezinezko egiten zaizu. Txirrindularitza kirol gogorra bezain sakrifkatua da, eta puntuan jartzea asko kostatzen da. Geldituz gero, segituan galtzen duzu sasoa. Hemen eguneroko lana da gakoa.

### Eta nola moldatzen zara sasoiari mantentzeko?

Normalean, aitarekin entrenatzen dut, eta igartzen da aldea. Batzuetan bakarrik atera behar izaten dut, lanean dagoelako, baina beti topatzen duzu norbait errepidean. Bakarrik irtete hori, ordea, oso gogorra egiten zait. Beti eskertzen duzu beste norbaiten konpainia. Beraz, aitarekin falta izaten dut maiz, eta asko eskertzen dut bere laguntza. Nolabait esateko, entrenatzaile pertsonala dut etxean.

### Pazientzia eta konstantzia al dira kirol honen oinarriak?

Konstantzia behar-beharrezkoa da. Jarraikortasunik ez baduzu, ez duzu ezer lortuko azkenean. Eta pazientzia ere, ezinbestekoa da. Bolada txarra pasatzen ari zarenean, aurrera jarraitzeko indarrak atera behar dituzu. Garai txarrak etortzen diren bezala, onak ere etortzen direla esaten dit aitzak. Gogobetzen baldin banaiz, beti izaten dut atzetik animoak ematen. Azken finean, eguneroko egiten dudana lana ez dela alferrikakoa, eta lehenago edo beranduago fruituak jasoko ditudala.



## « Ahalegina berdina den arren, emakumeon txirrindularitza gutxiago dago baloratuta »»

### Oraindik gaztea zara eta gartzeko astia duzu, gainera.

Bai, hala da. Jakin badakit taldeak dezente konfiatu duela nigan, baina behar bezala erantzun ez dudana sentipena izaten dut askotan. Taldeko zuzendari Juanjo Sebastianek lasai egoteko esaten dit, baina pena ematen dit. Agian, ez dut erantzun beraiek uste zuten bezala, edo nik pentsatzen nuen bezala. Nolanahi ere, gogo biziak ditut, baita itxaropena ere.

### Zure hainbat taldekide –Inma Rafael, Itsaso Leunda eta Eva Ledesma– triatloietan ere lehiatzen da. Jauzi hori egitea pasatu al zaizu burutik?

Bai, pasa izan zait. Eskolan banituen triatloian aritzen ziren bi lagun, eta ideiak tentatzen nau. Duela urte batzuk Durangoko Duatloia egin nuen, eta esperientzia polita eta ezberdina izan zen. Hala ere, korrika egiteak ez

**ESPERIENTZIA**  
jasotzea du helburu aurtengo denboraldian zumaiaarak.

nau gehiegi betetzen. Bestalde, hiru diziplinak entrenatzen hasi beharko nuke, eta oraingoz txirrindularitzarekin nahikoa dut. Beharbada, tarteka zerbait egin dezaket.

### Malgutasun horrek, emakumezkoen txirrindularitza amateur delako esan nahi al du?

Argi dago gizonezkoenarekin ez duela zerikusirik. Gutxiago baloratuta dago, nahiz eta egiten dugun ahalegina berdina izan. Hori dela-eta, batzuek beste irtenbide bat bilatzen dute, triatloia praktikatuz. Emakumeok ez dugu horren egutegi zabala, eta batzuek urtea osatze aldera, triatloia egiten dute. Edonola ere, nire taldekide horiek gehiago datoz triatloietatik txirrindularitza baino.

### Eta gizonezkoen txirrindularitza adina garrantzia emateko...

Askok falta da oraindik. Emakumeen Bira bezalako proba inportante batek ez du apenas oihartzunik izan. Azken finean, gure Euskal Itzulia da, eta nork jakin du korritu dela? Ez legoke sobera presentzia handiagoa ematea komunikabideetan. Nazioartean bestelakoa gertatzen da. Frantzia aritu naizenean, jendea zure argazkiarekin etortzen zaizu, sinatu diezaiozun. Harrigarria egiten zait. Hemen Leire Olaberria kenduta, inork ez daki nor zaren. Atzerrian emakumezkoen txirrindularitzarako zaletasun handiagoa dago. Alde horretatik, alde nabarmena ateratzen digute.



# Aro berriaren lehen denboraldia

**San Miguel Ligako eskualdeko traineruak goitik behera itxuraldatu dira; entrenatzaile berria izateaz gain, arraunlari gazteekin osatu dute taldea.**

**ALDAKETAZ** beterik hasi da traineru denboraldia. Hainbat urtez kolore horiak, urdinak eta gorriak ordezkatu dute Urola Kosta eskualdea San Miguel Ligan. Aurten, ordea, ontzi bat gutxiago du; Zarautzek kategoria galdu zuen iaz, eta orain KAE 1 Ligan ari da arraunean. Ondorioz, Orio eta Zumaia ari dira lehiatzen gizonezkoen maila gorenean. Hala eta guztiz ere, bi traine-

ruen egoera ez da suziriak botatzeko modukoa. Aro berri baten aurrean daude. Biek ala biek entrenatzaile berria dute, taldean hutsune garrantzitsuak izan dituzte eta harrobiko arraunlariekin osatu behar izan dute ontzia. Eta gorabehera horiek eragin zuzena izan dute denboraldi hasiera honetan: bata zein bestea, sailkapenaren erdialdetik behera kokatu dira, azken postuetatik gertu.

Zumaiarren helburu nagusia maila mantentzea da, eta, alde horretatik, «aurreikuspenen gainetik» dabiltzala adierazi du *Telmo Deun* ontziko entrenatzaile Xanti Zabaletak. «Gure hasierako asmoa azken postua saihestu eta *play-off* kanporaketa inguruan ibiltzea da. Oraingoz,

pixka bat gorago kokatu gara eta gustura gaude. Behintzat, iazko postuetatik aldentzen ari gara, baina ikusiko dugu nola joaten den, hau hasi besterik ez baita egin».

Oriok trakets ekin dio ligari, nahiz eta beti izan faboritoetako bat. Zorte onik ez dute izan, ordea. «Oraindik ondorio onik ezin dugu atera. Taldeak txukun egiten du arraunean. Gauza ez da gaizki moldatzen ari garela, eta horren eraginez ez dugula emaitza onik lortzen. Ongi ari gara eta postu hobeak lortuko ditugula uste dugu, zortea lagun izanez gero», nabarmendu du Orioko entrenatzaile Joxe Luis Agirrek.

Zabaletak Luis Mari Olasagasti *Luxia*-ren tokia hartu du aurten;

**ORIOKO** gizonezkoen traineruak ia istribor osoa aldatu behar izan du.





Agirrek, berriz, Josean Olaskoaga Aizperro-rena. Erronka polita, baina erantzukizun handikoa, zalantzarik gabe. «Luxia-k egindako lana ikaragarria da. 30 urte egin ditu Zumaiaren zerbitzura, eta hori miresteko modukoa da. Haren aldean txiki sentitzen naiz», dio Zumaiako entrenatzaileak: «Aurten hasi arren, nire esperientzia dut arraun munduan eta ahal dudan guztia egingo dut urtea ongi konpentsatzeko»

Orioko beheko taldearen entrenatzaile izan ostean heldu dio Agirrek lehen taldea gidatzeko ardurari. Bere hitzetan, «agian, iaz baino erantzukizun gehiagorekin ekin diot denboraldiari, baina gogotsu. Lan gorabeheran oso gustura ari naiz, eta arraunlariak erantzuten ari zaizkidalak ikusten dut».



### Hutsuneek baldintzatuta

Agirrek eta Zabaletak estreinako urtea dute lehen taldearekin, baita hainbat arraunlarik ere. «Taldea berrria da, iaztik hona jende asko joan egin delako eta beheko taldetik gazteak igo behar izan ditugulako. Iaztik zortzi arraunlarik jarraitzen dute, eta taldea iazko bigarren ontziko kideekin osatu behar izan dugu», azaldu du Zumaiako entrenatzaileak.

Orio ere egoera berdinean da. Izan ere, ia istribor guztia berritu dute: «Iaztik bi arraunlari bakarrik ditugu alde horretan. Horrek esan nahi du kasik traineru erdia berria dugula. Moldatu gara, baina kontuan izan behar da jende gaztea dela. Horiek pare bat estropada on jokatu eta konfiantza hartu behar dute. Hainbestearino badirela sinetsi».

Harrobiko lan handia eginda dute bi arraun elkarteek, eta horretaz baliaitu dira aurtengo taldea osatzeko. Edonola ere, emaitzak lortzeko taldeari denbora eta konfiantza eman beharko zaiola uste dute. «Ez dakit epe luzeko lana den, baina oraindik garatzeko asko dute arraunlariek», dio Zabaletak bere taldeari buruz: «Honek jarraipena baldin

## Euskotren Liga

Emakumezkoetan, bi multzotan ari dira aurrera eramaten Euskotren Liga: A multzoan, Galizia, Zumaia eta Orio ari dira lehian, eta B taldean, berriz, Getaria-Tolosarekin batera, Bizkaia, San Juan eta Hondarribia traineruak. Ligaxka amaitutakoan, talde bakoitzeko lehen bi traineruek play-off norgehiagokan hartuko dute parte, Euskotren Liga norentzat izango den erabakitzeko. Zarautzen egingo dituzte play-off estropadak, abuztuaren 13an eta 14an, San Miguel Ligako jardunaldiarekin batera. Getaria-Tolosa eta Zumaia lehen postuetan kokatuta daude beren multzoetan, eta bandera eskuratzeko faboritoen artean daude, Galiziarekin batera.

badu eta dena ondo badoa, hementdik bizpahiru urtera nortasun handiko arraunlariak izango ditugu».

Estropadaz estropada, hobetzen ari dira oriotarrak ere, baina «oraindik mailara moldatu» behar dute. «Asteak aurrera egin ahala, txukunago ari gara. Dena dela, oraindik asko dugu emateko». Gainera, «gazteak gogo biziz ari dira lanean. Erantzukizun gehien beraiek hartzen dute, iaztik hona aldaketa handia egon dela

ikusten dutelako». Azken postuetan sailkatuta egonagatik, egoerari buelta emateko itxaropena dute. «Jakina, gogorra egiten da sailkapena begiratu eta hor atzean ikustea», dio Agirrek, baina Zarauzko estropadatik aurrera gorantz egitea espero dute. Aurtengoa izango da Oriorentzat denboraldi zailena: «Bat-batean arraunlari gazte asko sartzeak desorekatu egiten du trainerua. Beraz, aurten egin beharreko lana hori izango da. Behin oreka lortzean hor goian kokatuko gara berriro ere».

Egoera delikatua bada ere, lehen sei postuetan borrokatzen bukatu nahiko lukete denboraldia: «Azken estropadetan ikusi den bezala, ontzi guztiok elkarren gainean gabiltza, segundo oso gutxiko aldearekin». Zumaiak oinak lurrean itsatsita eduki nahi ditu: «Play-off kanporaketa saihesteak arrakasta handia izango litza-teke guretzat. Kontxa ez dugu oraingoz aurreikusi. Urruti geratzen zaigula iruditzen zait». Orio, aitzitik, Kontxan sartzen saiatuko da: «Azken urteetan bertan izan gara, eta, egia esan, kolpe handia izango litza-teke sartuko ez bagina».



## TALDEKA

# Indar bortitza baino zerbait gehiago

**Zarautz Kirol Elkarteko halterofilia atala herriko kirol talde beteranoetako bat da. Aurten, hogeigarren urtez, Zarautz Saria antolatu du.**

**HALTEROFILIA** kirol gutxitua da gaur egun. Urte asko duen modalitatea izanagatik, garai batean zuen karisma galdu du. «Gaur egun, kirol aukera eta eskaintza handia dago, eta halterofilia kirol zatarren artean geratu da, nolabait esateko. Eta, hori, guk ere antzeman dugu», adierazi du ZKEko halterofilia ataleko koordinatzaile Inko Illaramendik. Zarauzko halterofilia taldea 1968an sortu zen, Emilio Olazabalen ekimenez, eta orduetik hona herriko hainbat lagun ari-

tu da pisua altxatzen. Egun, hamar pultsulari ditu aktiboan elkartek; horietatik zortzi helduak eta gainerako biak, berriz, 17 urtez azpikoak. Alde horretatik, harrobi eskasia edo belau-naldi aldaketan «jauzi nabarmena» dagoela ikusten dute arduradunek: «Gutxi gara taldean, eta askotan sustapena egitea ez da erraza izaten. Azken finean, entrenamenduak eta zuzendaritzako lanak partekatzen ditugu gehienok. Dena dela, gutxien espero genuenean bi gazte animatu ziren,

eta hala, pixkanaka-pixkanaka, aurrera egin badezakegu, bada, primeran».

Gaur egun, gizonezkoek osatzen dute taldea. Hala ere, 90ko hamarkada hasieran emakume dezentek praktikatzen zuen halterofilia, eta maila onean, gainera. «Ondoren, ordea, kopurua jaisten joan zen, eta, azkenean, Ainhoa Negueruela geratu zen. Egia esan, belaunaldi hartako emaitzik onenak berak lortu zituen; izan ere, hainbat urtez jarraian domina ugari lortu zuen», ekarri du gogora Illaramendik.

Kide askoko taldea izan ez arren, gaur egun ere emaitza onak lortzen dituzte Euskal Herriko nahiz Espainiako txapelketetan. «Askotan, meritua kentze aldera edo, halterofilian jende gutxi garela eta podiumera igotzea erraza dela esaten digute. Batzuetan pultsulari gutxi elkartzen gara txapelketetan, baina astean zehar gogor entrenatzen dugu», zehaztu du. Gipuzkoan hiru halterofilia talde daude egun –Irun, Zizurkil eta Zarautz–, eta ez nolanahikoak. «Zizurkil, esaterako, Espainiako txapeldunorde izana da. Beraz, haiei irabazteko serio prestatu behar izaten dugu».

Zarauzko halterofilia taldearen denboraldiko helburua gazteak trebatzea eta, oro har, ahalik eta emaitza onenak lortzea izan da. Horrez gain, abenduan jokatu den Taldekako Espainiako Txapelketarako taldea







**ZARAUZKO** malekoian antolatu ohi duten halterofilia kriteriumak ikusmin handia sortzen du.

osatzea gustatuko litzaiekeela azaldu dute. «Horretarako zortzi pultsulari behar dira, eta zaila izaten da kide guztiak Espainiako Txapelketarako prest egotea. 2004an lortu genuen, eta 16 taldetatik zortzigarren postuan sailkatu ginen. Geroztik, balentria hori errepikatzen saiatzen gara. Aurten aurkeztu nahi genuen, baina uste dut apal heldu beharko diogula erronkari. Ea datorren urtean posible dugun».

Astean hiru egunetan entrenatzen dute –astelehenetan, asteartetan eta ostegunetan–, 19:00etatik aurrera, Aritzatalde kiroldegiko alde zaharrean. Juan Mendizabal eta Enrike Kortajarena aritzen dira entrenatzaile lanetan. Hauek harri-jasotzaileak eta aizkolariak ere entrenatzen dituztenez, pultsulariak eta herri kirolariak bat egiten dute entrenamendu gelan. «Gure aldetik, deialdia mundu guztiari egiten diogu, emakume zein gizon, gazte zein heldu, halterofilia probatzera eta ezagutzera etor daitezzen. Beste kirol batzuetarako dohaiarik ez duen jendea, agian, ongi moldatu daiteke halterofilian», adierazi du halterofilia taldeko arduradunak.

Norbaitek interesa izango balu, aipatutako egun horietan azaldu eta entrenatzaileen aurrean aurkeztea besterik ez du. «Gure atea edonori zabaldua daude. Beraz, beldurrik gabe sartu barruraino eta ikusi nola entrenatzen dugun».

### Okerreko pentsakerak

Halterofiliaren inguruan ezagutza falta handia dago. Hasiera-hasieratik pisu pila bat altxatzen dutela uste du jendeak, baina hori zaila izateaz gain, ezinezkoa dela dio Illarramendik. Teknika oso gauza garrantzitsua da halterofilian. Indar handia izanagatik, teknikarik gabe pultsulariak ez du kilorik mugituko. «Erakusten dugun lehen gauza teknika da, eta ongi menderatu beharra dago txapelketetan ongi aritzeko; alde batetik, mugimendu egokiak egin ezean, epaileek altxaldia baliogabetu dezaketelako eta, bestetik, asko altxatzeko giltzarri delako». Edonola ere, gazteek ez dute kilo asko erabiltzen. Burutik gora norbere pisua altxatzea denborarekin lortzen da; hasi eta bizpahiru urtera, alegia. «Guk ere jakin badakigu gehiegizko pisuekin hezurak atrofiatu daitezkeela».

Komunikabideetan halterofilia gutxitan da hizpide, eta agertzen dutenean gauza ikusgarriak edo lesio deigarriak soilik erakusten dituzte. Horrek guztiak ospe txarra ematen diela dio Illarramendik. Gainera, «estereotipo kontuekin borrokan aritzen gara. Izan ere, telebistan pisu handitako pultsulariak agertzen dira beti, eta hori ez da horrela. Halterofilian pisutan banatutako hainbat kategorია dago, ez gortputza handikoak bakarrik. 70 kiloko kategorian, esaterako, pultsulariak txikiak eta agalak izaten dira».

## XX. Zarautz Saria Halterofilia Kriteriuma

Uztailaren 16an XX. Zarautz Saria jokatu zuten, malekoian, sorosleen egoitza aurrean. Halterofilia txapelketak 1960ko hamarkada bukaeratik aurrera hasi ziren jokatzeko Zarautzen. Lehena 1969an izan zen, Primer Trofeo Pais Vasco izenekoa, Zinema frontoian. Bertan, garaiko nazioarteko pultsulari esanguratsuenek hartu zuten parte. Urte batzuk geroago, Musika Plaza bihurtu zuten kirolgune, eta Trofeo Internacional de Halterofilia izena jarri zioten txapelketarai. Aurrerago, Manuel Grijalbaren Oroimenezkoa ere izan zen. Halterofilia atalak 1992an ekin zioten Zarautz Sariari, eta izen horri eutsi dio harrezkero. «Gaur egun halterofiliaren egoera zein den ikusita, zaila da nazioarteko txapelketa bat antolatu eta atzerriko pultsulariak ekartzea. Aurrekontu edo babesle ekonomiko faltak zaildu egiten du, baina ahal duguna egiten saiatzen gara, eta pixkanaka-pixkanaka aurrerantz goaz», adierazi du ZKEko halterofilia ataleko koordinatzaile Inko Illarramendik.

Anfitrioi lanak egiteaz gain, Zarautz Sarian ere hartzen du parte etxeko taldeak. Aurten, pultsulari zarautzarrekin batera, Akitaniako, Ziburuko, Molins de Reiko, Errioxako eta Burgosko Sol y Luz taldeak lehiatu dira malekoiko kriteriumean. Gazteen Sarian, Molins de Reiko Noelia Caballerok eta Akitaniako Anthony Joffretek irabazi zuten. Helduen kasuan, Sol y Luz taldeko Ivan Garcia Ruedak. Taldeka, azkenik, Akitaniako taldea izan zen garaile 955,15 punturekin; bigarren Sol y Luz, 816,16 punturekin, eta hirugarren, 777,28 punturekin, Inko Illarramendik eta Jaizki eta Jon Mendizabal anaiek osatutako Zarauzko taldea.



# Triatleta hasiberrien bilgune

**Triatloi Teknikazio Egonaldia** egin zuten uztailleko lehen astean, **Getaria-ko Askizu aterpetxean. Bertan, 10 eta 14 urte bitarteko 16 neska-mutilek hartu zuten parte. Triatloiko argibideak Hektor Llanos eta Miren Casado triatletek eman zizkieten**

**AURTENGO UDAN**, ohiko kirol jardueraz eta udalekuek gain, eskaintza berri bat izan dute gaztetxoek: Triatloi Teknikazio Egonaldia. Gipuzkoako Triatloi Federazioak eta Arazi enpresak elkarlanean sortutako udaleku berezia izan da, eta Getariako Askizu aterpetxean egin zuten uztailearen 4tik 8ra. Guztira, 10 eta 14 urte bitarteko 16 neska-mutilek hartu zuten parte bertan. Egonaldiko egunak bi zatitan banatu zituz-

ten: goizetan, triatloiko atalak landuz, eta arratsaldeak, berriz, aisialdirako utziz.

Teknikazioa Hektor Llanos eta Miren Casado triatleta eta kirol hezitzaileen eskutik jaso zuten, eta egun bakoitzean kirol bana landu zuten oso-osorik: lehen egunean, triatloiarri buruzko aurkezpen orokorra egin zieten; bigarren egunean, igeriketa landu zuten Marllorbe hondartzan; hirugarrenean bizikletan aritu ziren Askizu inguruan; laugarrenean korrika ibili ziren Zumaia-ko Santiago hondartzan; eta azken egunean, hiru kirol modalitateak praktikara eraman zituzten, triatloi txiki bat eginez, Zumaian bertan. Hala, kirol batetik besterako trantsizioak edo aldaketak lantzeko.

«Triatloia ezagutzera ematea, eta, bide batez, ondo pasatzea izan da teknikazio egonaldiaren helburu nagusia», aditzera eman du Miren Casado kirol hezitzaileak: «Triatloiko teknikak erakutsi dizkiegu, baina ariketak modu ludikoan azalduz; jolasen bitartez, hain zuzen ere. Azken finean, gaztetxoek triatloia gustagarri egitea nahi izan dugu, etorkizunean kirol hau praktikatu dezaten».

Oro har, kirol aukera berri bat ezagutzeko parada ezin hobea izan zuten bertan el-



## DATUA

## 156

Zarautz Balea Igeriketa taldeak antolatuta, joan den hilean Zarautz Saria txapelketa jokatu zuten Aritzbatalde kiroldegiko igerilekuan. Bertan, Oarsoaldeko, Easoko eta Udarregiko kirol elkarteak lehiatu ziren, baita etxeko Balea Igeriketa taldea ere. Guztira, benjamin eta alebin mailako 156 igerilarik hartu zuten parte, eta horietatik 50 Zarautz Balea taldekoak izan ziren. Giro ezin hobean jokatu zen txapelketa, eta igerilari txikienek oso ondo pasa zuten. Zarautz Sariarekin igeriketako denboraldiari amaiera eman zioten.



## BA AL DAKIZU...

## Zein elkartek irabazi zuen Zarautz Saria?

Ordezkaritza handia izan zuten zarautzarrek etxean jokaturako txapelketan. Emaitzetan ere ez zuten hutsik egin, eta domina asko eskuratu zuten. Txapelketa amaieran, gainera, 4x50 metro mistoko errelebo lasterketa jokatu zuten, eta Balea Igeriketako lagunek irabazi zuten. Ondorioz, Zarautz Saria oroigarria etxeko taldearentzat izan zen. Zarautzarren artean, Ane Peña-garikano izan zen igerilari onena. Hain justu ere, 100 metroko bular estiloko proba minutu bat eta .39 segundotan osatu zuten.

kartutako neska-mutilek. Horrekin batera, giro ona, laguntasuna eta antzeko kirol zaletasuna duten Gipuzkoako gaztetxoaren arteko harremana sustatzea izan zuen xede udalekuak.

Triatloia oinarri eta abiapuntu izan bazuten ere, beste-lako aisialdi jardueraz gozatzeko aukera ere izan zuten egonaldian: belaontzian ibiltzeko ikastaroa Getarian; Askizutik Zarautzera mendi ibilaldia; pala txapelketa; eta itsasontziz irteera, Zumaiako itsaslabarrak ikustera. Jarduera horiek, berriz, Araziko ingurumen, kultur eta aisialdiko hezitzaileen ardurapean egin zituzten.



## Ikasturte bukaeran txapelketako final nagusiak

**Zumaiako Pilota Eskolako aurrebenjamin, benjamin eta alebin mailako jokalaria aritu ziren nor baino nor, Herri Eskolako frontoian.**

**Pilota Eskolako** txapelketari bukaera emateko, ekaina erdialdean finaleko jardunaldiak jokatu zituzten Herri Eskolako frontoian. Final batzuei dagoen kutsua izan zuten partidek; hau da, giro ona eta borrokatua. Guztira, hiru norgehiagoka jokatu zituzten. Aurrebenjamin mailan, Luken Aizpurua-Ioritz Egaña bikotea izan zen garaile, Aimar Arroiabe-Aimar Mendizabal bikoteari 16-10 irabazi ondoren. Benjaminetan, Oier Unanue-Ekaintz Manterolak 16-13ko emaitzarekin irabazi zuen Danel Martin-Jokin Osaren



aurka. Azkenik, alebin mailan, Ioritz Manterola-Jon Arroiabe bikotea nagusitu zen, 22-18ko emaitzarekin, Oier Larrañaga-Dilan Dogertiren aurka. Sari banaketarekin batera, mokadutxo bat jateko aukera izan zuten parte-hartzaile guztiek.



### Zumaia III. Flysch Trail Mendi Lasterketa

# Osa eta Conde nagusi



**431 KORRIKALARIK** osatu zuten Zumaia III. Flysch Trail mendi lasterketa, eta horien guztien artean Aitor Osa itziartarra eta Ana Conde gasteiztarra izan ziren bizkorrenak. Aurreko bi urteetan bigarren

izan zen bertan irabaztea.

Condek iazko titulua berretsi zuen, 2:45:44 denbora eginez, eta oso pozik agertu zen: «Aurtengoa, gainera, gogorragoa izan da. Ibilbidea luzeagoa izateaz gain, euriarekin

eta hirugarren postua eskuratu ostean, aurten garaile izan da Osa, 2:14:46ko denborarekin. Proba honetan hasi zen mendiko lasterketak korritzen, eta, alde horretatik, «berezia»

bideak lokaztu egin ziren, eta hezetasun handia zegoen».

Sestaon bizi den Walter Becerra venezuelarra (2:15:40) izan zen gizonzkoen mailan helmugaratzen bigarrena, eta Luis Alberto Hernandez burgostarra (2:21:38), berriz, hirugarrena. Emakumezkoetan, bestalde, Nuria Dominguez palentziarra izan zen bigarren sailkatua (2:54:29), eta Montse Vazquez bilbotarra hirugarrena (3:01:17).

Emakumezkoen sailkapen orokorrean laugarren egin zuen Leire Atxutegik, eta bera izan zen lehen zumaiarra. Gizonezkoetan, Pedro Etxeberria izan zen helmugara iristen lehenengo zumaiarra. Sailkapen orokorrean, berriz, hamalaugarren postua eskuratu zuen.



## Bartzelonara itzulera

Mikel Agirrezabalaga eskubaloi jokalaria zarauztarrak Bartzelonarekin jokatu du datozen hiru denboraldietan. Talde katalanarekin egin zuen debuta Asobal ligan, 2002an, baina bi urte geroago Alcobendasen aritu zen eta azken hiru denboraldiak, berriz, Ademar Leon taldean. Agirrezabalagak pozarren ekingo dio bere itzulerari.

## Orio Judoa Urrats bat aurrerago

**LONDRESEKO** Olinpiar Jokotarako urtebete geratzen den arren, eskualdeko kirolariak buru-belarri ari dira lehian, txartela lortzeko asmoz. Judo Klub Usurbil taldeko Oiana Blanco judoka oriotarrak bi garaipen garrantzitsu lortu ditu

azkenaldian, eta horri esker, datorren urteko Jokotarako pauso handia eman du. Bi garaipenak Munduko Zirkuitukoak izan dira: bata, Madrilen lortu zuen, ekainaren hasieran, eta bestea, berriz, Miamin (AEB), hilabete geroago.



# Kirol AGENDA



## Getariako X. Salvatore Biatloia

Urtero, Salvatore jaien baitan, biatloia antolatzen dute Getarian. Aurten hamargarrena izango da, eta uztailaren 30ean jokatuko dute, eguerditik aurrera. Kirol proba herrikoia da, eta osatu beharreko ibilbidea ere edonork osatzeko modukoa; hau da, Malkorbe hondartzatik dikera 550 metro igerian, eta herrian barna 3.500 metro korrika. Parte hartu nahi dutenek proba egunean bertan eman ahal izango dute izena, Getariako udaletxe aurrean, 11:00ak bitartean.

## Saskibaloia

### 3x3 Street Basket

**Eguna:** Abuztuaren 19tik 21 era.

**Ordua:** Egun osoan.

**Lekua:** Zarauzko Malekoian; Zarauzko Dama eta Berazako terraza artean.

**Ezaugarriak:** Zarauzko Saskibaloi Taldeak antolatuta, kaleko 3x3 saskibaloi txapelketa jokatuko dute. Hiruko taldeetan, mini mailako neska- mutilak, infantil mailakoak, kadeteak, juniorak eta senior kategoriak izango dira. Aurten, gainera, saskibaloi egokituaren maila gehitu dute.



## Pilota

### LX Dinastia Etxabe Txapelketa

**Eguna:** Uztailaren bukaeratik abuztuaren 25era arte.

**Ordua:** Ostiraletan eta larunbatetan, 22:00etatik aurrera.

**Lekua:** Zestoako pilotalekuan.

**Ezaugarriak:** Senior eta jubenil mailako binakako pilota txapelketa. Finalburdenak abuztuaren hasieran jokatuko dituzte; finalerdiak, hilaren 16an eta 18an; eta finalak, hilaren 25ean.



## Pilota

### XLVII. Patxi Zaporarren

### Oroienezko Txapelketa

**Eguna:** Abuztu osoan.

**Ordua:** 19:00etan.

**Lekua:** Zarauzko Frontoi Txikian.

**Ezaugarriak:** Partidak astelehenetan eta asteazkenetan jokatuko dituzte. Hamabi bikotek hartuko dute parte, lau multzotan banatuta. Multzo bakoitzeko lehenak finalerdiatarako sailkatuko dira, eta gailentzen direnek finala jokatuko dute.



## Surfa

### Munduko Surf Txapelketa

**Eguna:** Azburuaren 30etik irailaren 4ra arte.

**Ordua:** Egun osoan.

**Lekua:** Zarauzko hondartzan; Desertu Txikiaren inguruan eta Argiñano aurrean.

**Ezaugarriak:** Munduko surfleri onenak lehiatuko dira beste urte batez Zarauzko hondartzako olatuetan. Bertan, etxeko ordezkariak ere hartuko dute parte.





ERRONKA

# Londreseranzko estropada

**Munduko Piraguismo Txapelketan lehiatuko da Iñigo Peña abuztuan. 2012ko Londreseko Olinpiar Jokoetarako txartela lortzen saiatuko da, K-4 modalitatean.**

**DENBORALDIKO** erronka erabakigarrienari aurre egin beharko dio aurki Iñigo Peña piraguista zumaiarrak. Espainiako selekzioa ordezkatuz, Itsas-Gain taldeko kidea Hungariako Szeged hirian jokatu duten Munduko Txapelketan lehiatuko da, K-4 modalitatean (lau lagunez

osatutako ontzian), abuztuaren 18tik 21era. Bertan, erakustaldi txukuna egiteaz gain, bere betiko ametsa egia bihurtzen saiatuko da; Olinpiar Jokoetarako txartela eskuratzen, alegia.

2012an Londreseko Jokoetan parte hartu ahal izateko, ordea, Peñak eta bere hiru ontzikideek finalera sailkatu beharko dute Hungariako Txapelketan. Finalan sartuz gero, laukoak zuzenean lortuko luke helburua. Ilusioz gainezka daude, baita guztia emateko prest ere. Hala eta guztiz ere, oinak lurrean eduki nahi dituzte. Jakin badakite ez dela lan erraza izango: «Maiatzean, Alemaniako Munduko Kopako proban seigarren

helmugaratu ginen, baina txapelketa hartan punta-puntan aritzen diren bi talde falta ziren. Beraz, finalean sartzeko gogor borrokatu beharko dugu kanporaketetan. Egungo aurkari indartsuenak Bielorrusia, Alemania, Errusia eta Portugal dira», nabarmendu du Peñak.

Espainiako selekzioak 1996tik ez du ordezkariarik izan Olinpiar Jokoetan K-4 modalitatean. Ondorioz, Piraguismo Federazioarentzat oinarritzko proiektua bihurtu da laukoa Londreserako sailkatzea. Horretarako, piraguita gaituenak aukeratu eta bildu dituzte. «Prestatzaileek K-1 eta K-2 modalitatez ahazteko eta K-4an zentratzeko esan ziguten.

Londresera heltzeko lauko talderik onena osatu behar genuela, azken finean», azaldu du Peñak.

Zumaiarrekin batera, Fran Llera asturiarrak eta Rodrigo Germade eta Borja Prieto gali-ziarrek hartuko dute parte Espainiako selekzio taldearekin. «Osatu zitezkeen talderik prestatuen gara, baina oraindik badugu zer hobetu. Seigarren postu hori buruan dugula heldu behar diogu erronkari. Oraindik, talde-lana garatu behar dugu, baina pixkanaka-pixkanaka, entrenamenduz entrenamendu, lortzen ari gara». Uztailean Trasonan kontzentratu dira, eta abuztuan, Hungariara abiatu aurretik, Madril.

