

AIA • GETARIA • ORIO • ZARAUZ • ZUMAIA

KIROL ALDIZKARIA

sasonian

2010eko iraila

20. zenbakea

ARRAUNKETA EGOKITUA

Edorta de Anta nazioartera begira • 10

ZARAUZKO SKATE ESKOLA

Taula gainean trebatzen • 12

ZUMAIAKO ARRAUNLARIAK

Zinemako izar bihurtuta • 16

Dani Estrada

“Lehen mailako taldea garela Lehen Mailan erakutsi behar dugu” • 4

'Zu ere Sasoian' atalarekin zu zeu ere berriemaile

Erredaktorea
 Aritz Mutiozabal
 Harremanetarako: 607 615 239
 e-posta: sasoian@sasoian.info
 Argazkiak
 AZALA: Urola Kostako Hitza.
 Sasoian 2.0: Joxemari Olasagasti eta Urola Kostako Hitza.
 Beroketa ariketak: Lea-Artibaiko eta Mutrikuko Hitza.
 Berriketa: Urola Kostako Hitza eta Real Sociedad.
 Kronika: Urola Kostako Hitza.
 Kirolari gazte: Urola Kostako Hitza eta Baleike.com.
 Hariari tiraka: Urola Kostako Hitza, TKE Liga, Juan Castaneda, Joxemari Olasagasti, Inhar Mutiozabal eta ASP-Aquashot
 Diseinua
 Roberto Gutierrez
 Maketazioa
 Ane Azkue
 Edukien garapena
 Urola Kostako Hedabideak EM
 Inprimategia
 Orvy EM
 Argitaratzailea
SASOIAN aldizkaria **Urola Kostako Udal Elkarteak** argitaratzen du.
 Aldizkari honek Aia, Getaria, Orio, Zarautz eta Zumaia kirol albistek jasotzen ditu.

www.sasoian.info



Urola Kostako Udal Elkarteak kudeatzen du sasoian.info webgunea. Aia, Getaria, Orio, Zarautz eta Zumaia kirol albistek, agenda nahiz emaitzak topatuko dituzu bertan.



<http://www.sasoian.info/zueresasoian/>

Sasoian kirol aldizkariak

berriemaile izateko aukera ematen dizu. Kirolzale, kirolari, kirol elkarte edo kirol arduradunek zeuen jardunaren berri eman dezakezue www.sasoian.info webgunean, *Zu ere Sasoian* atalari esker. Sarearteko tresna honen bitartez, kirol kronikak kontatu, deialdiak egin eta proben iragarpenak egin ahal izango dituzue nahi duzuenean eta nahi bezainbeste. Gisa horretan, informazio osoagoa eta zabalagoa bilduko du [Sasoian.info](http://www.sasoian.info) atariak, eskualdeko kirolzale

guztiak partekatu eta gozatu dezaten. Animatu zaitzete eta hartu parte!

Zerbaiten berri eman edo iragarri nahi dutenek *Sasoian* kirol aldizkariarekin jarri beharko dute harremanetan lehenik eta behin, sasoian@sasoian.info posta elektronikora idatziz. Behin eskaera jasota, eska-tzaileak bere erabiltzailearen eta pasahitzaren kode propioa jasoko du. Kodeak eskuratu ondoren, nahi duenean idatzi ahal izango du *Zu ere Sasoian* ataleko *Saioa hasi* fitxan klikatuta eta aipatutako kodeak sartuta.

Elkarrizketa digitala, urriaren 8an, 12:00etan



OIER AIZPURUA (arraunlaria eta piraguista ohia)

aldez aurretik, egin zure galdera
www.sasoian.info webgunean!

Pilates metodoarekin, 'mens sana in corpore sano'

IKASTURTE BERRIA abian da eta, urtero bezalaxe, kiroldegiek edo gimnasioek makina bat ikastaro egiteko aukera eskaintzen die herritarrei. Aukera zabal horretan Pilates metodoak aparteko interesa piztu du azkenaldian; gero eta jarraitzaile gehiago edukitzeaz gain, ohiko ikastaro bihurtu da kirol eskaintzen zerrendan. Pilates gorputz-hezkuntza osoa da, gorputza eta adimena lantzen dituena. Fisikoki gorputza moldatzen, indartzen eta bizitzen laguntzen du; psikikoki, ongizate sentimendua areagotzen.

Joseph Hubertus Pilates alemaniarrek zehaztu eta garatu zituen gorputza, burua eta izpirituen garapena koordinatzeko mugimendu guztiak. Joan den mendeko 20ko hamarkadan ekin zion bideari, eta egun Pilates izenez ezagutzen dugun metodoari Kontrola izena jarri zion. Hasiera batean dantzariak eta koreografoak interesatu ziren gehienbat, baina pixkanaka-pixkanaka kaleko jendearekin ere hasi zen lanean, errehabilitazio gisa eta malgutasun teknika bezala erabiliz. Azken hamarkadan Pilates metodoa mundu zabalean hedatu da; batik bat, sasoiaren jartzeko, lesioak osatzeko edota modu leun eta atsegin batean entrenatzeko tresna bezala.



PILATES METODOAREKIN gorputza eta adimena lantzen dira.

ONURAK

- Gorputza suspertzen eta indartzen du.
- Giharren arteko oreka lortzen du, gihar ahulak sendotuz eta laburtutakoak luzatuz.
- Malgutasuna areagotzen du, artikulazioak kaltetu gabe.
- Bizkarra sendotzen du, lesioak saihestuz.
- Gorputzaren lerrokadura egokia biltzen du, ohitura txarrak alboratuz.
- Biziberritu, bizitu eta trebetasuna areagotzen du.
- Estresa, tentsioa, nekea eta mina arintzen ditu. Autoestima hobetzen du.
- Kontzentratzeko ahalmena eta norberaren kontrola indartzen ditu.
- Errendimendu fisikoa hobetzen du.

Edonork praktikatu dezake, gorputza eta adimena hobetu nahi duen edonork; errehabilitazio-programetan erabiltzen dute, eta bereziki haurdunaldi garaian eta erditze-ostean oso aproposa da, sabeleko giharrak eta gorputz-adar pelbikoa indartzen dituelako. Mugimendu baten gehiegizko eta askotan alferreko errepikapenari baino gehiago, mugimendu horren zehaztasunari ematen dio garrantzia metodoak. Ariketa geldoz eta kontrolatuz osatutako programak jarraitzen dira ikastaroetan. Lurrean edo makina jakin batzuk erabiliz lantzen da, bakarka edo talde txikietan, eta profesional baten ardurapean. Metodoaren kontzeptu nagusiak arnasketa, kontzentrazioa, kontrola, lerrokatzea, zentratzea eta arintasuna dira.

Dani Estrada

Realeko futbol jokalaria

«Dena emangodut hasierako hamaikakoan sartzeko»

Hiru urtez Bigarren Mailan ibili ondoren, Reala Lehen Mailako taldea da berriz ere. Denboraldi hasiera txukuna egin dute eta, zalantzarik gabe, mailari eutsi nahi diotela azaldu du jokalaria zarauztarrak.



«LIGARI SERIO-SERIO heldu behar diogu hasieratik. Aurreten partida guztiak izango dira garrantzitsuak. Beraz, argi ibili behar ko dugu!». Nahiz eta orain arte jokatzeko aukerarik ez duen izan, ilusioz gainezka ekin dio Realeko futbol jokalaria Dani Estradak (Zarautz, 1987) Lehen Mailako 2010-2011 denboraldiari. Edonola ere, jakin badaki kontu handiz jardun behar duela urte osoan, berriz bigarren mailara jaitsi nahi ez badute. Talde txuri-urdinak hiru urte eman ditu *infernuan*, izarren ligara igo ezinik. Joan den maiatza bukaeran, ordea, denboraldi biribila osatu ondoren, «da-

gokion tokira itzuli» zen. Ospakizunak ospakizun, lanari heldu eta lehen mailako ibilbideari ekin dio Realak: Villarreal, Almeria, Real Madril, Osasuna... Lehen partidak jokatu ditu, jada. Urte gogorra bezain luzea izango da, baina mailari eusteko prestatuta daudela uste du jokalaria zarauztarrak; betiere, partidaz partida joanez gero.

Bigarren Mailatik Lehen Mailara jauzi nabarmena antzemango zenuten. Baina, batez ere zertan dira ezberdin?

Argi dago jauzi kualitatibo bat dagoela. Lehen Mailan egundoko maila duten jokalaria asko egoteaz

gain, jokoaren erritmoa bizkorragoa da. Hori litzateke iaztik hona atzeman dugun aldaketarik handiena. Futbolari horiek oso biziak dira eta baloiarekin teknikoki oso iaioak. Dena den, gure taldea sendo baldin badago, aldaketari aurre egin ahal izango diogu. Begi bistakoa da sailkapeneko lehen postuetan kokatzen diren taldeetako jokalaria gehienak internazionalak direla; askok eta askok Munduko Txapelketa jokatu berri du bere selekzioarekin; Lehen Mailako jokalariai dira, zalantzarik gabe.

Horren aurrean, taldeak zertan hobetu behar luke?

«Talde bezala, iazko blokea mantentzea abantaila nabarmena da taldearentzat»»

Esparru guztietan hobetu dezake taldeak, baina baloia biziago mugitu eta, era berean, golak egiteko ahalik eta aukera gehien sortu beharko dugula iruditzen zait. Iaz bezala funtzionatzen baldin badugu, gauzak bide onetik joango dira, eta irabazteko asko izango dugu. Baina, jakina, aurten sendo mantentzea ez da joan den denboraldian bezain erraza izango.

Iaz behintzat Lehen Mailako taldea zinetela erakutsi zenuen...

Bai, baina hori aurten erakutsi behar dugu. Joan den urtean denboraldi bikaina osatu genuen arren, Bigarren Mailan geunden, eta ekin berri diogun mailarekin zerikusirik ez zuen. Lehen mailako taldea garelako Lehen Mailan erakutsi behar dugu. Zaila izango da, baina hori lortzeko taldea badugula uste dut.

Aurtengo helburu eta erronka nagusia maila mantentzea izango da. Ez al duzue ahaleginean itsutzeko arriskurik ikusten?

Ez. Joan den urtean ere helburu bakarra geneukan buruan, igoera lortzea, eta gauzak behar bezala ateratzen ziren. Orain, maila mantentzea xede izanda, hori kontuan dugula egin behar diegu aurre jardunaldi guztiei. Igo berriak gara, eta ezin gara goiko postuetan pentsatzen hasi. Iritsi berriak gara eta apaltasunez ekin behar diogu lanari, harrotasun guztiak atzean utzita. Bestela, nekez egingo dugu aurrera.

Dani Estrada

Zarautz, 1987



«**Taldeak lehiaketari ongi heltzen badio, saillkapenaren erdialdean koka gaitzke»»**

Partidaz partida joan behar dugu, ahalik eta puntu gehien atera eta Lehen Mailan egonkortu. Gure mezua oso argia da: aurten mailari eutsi behar diogu.

Hori Ligari dagokionez. Kopa bezalako txapelketa bat ez al da beharbarda Realarentzat esku-raerrazagoa?

Orain arte Kopan ez ditugu oso urte onak egin. Denboraldiko beste txapelketa bat da, eta ahal dugun urrutien iristen saiatuko gara, zalantzarik gabe. Hala eta guztiz ere, Realaren lehen helburua Liga da, bertan mantentzea eta egonkortzea. Kopan ere borrokatuko gara, noski, baina lehentasuna Ligak du.

Hiru urte eta gero, Lehen Maila zorrotzagoa bihurtu da, Barça, Real eta Atletico Madril edota Sevilla bezalako taldeen etengabeko fitxaketa garestiekin. Real bezalako talde xume batek zer nolako kabida du izarren liga honetan?

Barçak eta Madrilek, esaterako, gainerako talde guztiak baino bi koska gorago daudela erakutsi zuten joan den denboraldian. Aurrekontu ekonomiko ikaragarria dute eta jokalaririk onenak dituzte, eta badi-rudi beraiek bakarrik jokatzen dutela. Era berean, oso indartsu dauden zenbait talde dago: Sevilla, Valentzia eta Atletico Madril, esaterako. Baina, zazpigarren eta zortzigarren postutik aurrera talde asko dago, eta Real horien artean kokatuko nuke, postu bat gorago postu bat beherago. Gainerako taldeak pareko samar gaude. Denboraldiari ekiteko moduak eragin zuzena izango du gerora. Nolanahi ere, goiko talde horiek kenduta, antzerako ibiliko gara guztiok ere.

Liga baten barruan, bi liga al daude?

Beharbarda gehiegi esatea litzateke, baina lehenengo biak gainerako

**DANI ESTRADAK
iaz berri zuen
Realarekin zuen
kontratua,
2014. urtera
arte.**

guztion gainera daude, nabarmen. Ligak iazko martxa hartzen badu, istorio bera errepikatuko da aurten; iaz hirugarren sailkatuari 20 puntu inguruko alde atera zioten, eta hori errenta oso handia da.

Kontatzen duzunaren arabera, posible al litzateke Real taularen erdialdean kokatzea?

Posible izan daiteke, noski baietz! Mantentzea dugu helburu, eta horretarako behar dugun puntu sorta lehenbailehen lortzen badugu, askoz ere hobea; betiere, lasaiago ibiltzeko. Taldeak konfiantza hartzen badu eta hasieratik lehiaketari ongi heltzen badio, saillkapenaren erdialdean koka gaitzke, zergatik ez! Zalantzarik gabe, jokoan dauden puntu guztiak borrokatuko ditugu.

Agerikoa da klubak zurekin kontatzen duela. Iazko denboraldi bukaeran 2014ra arte luzatu zenuen kontratua. Etxeko taldearekin jarraitzeko aukera izatea beti da pozgarria, ezta?

Oso pozik nago, bai. Realeko zuzendaritzak etxeko jokalaririk gazteekin kontatzen du, eta hori agerian utzi du, jokalaririk askori kontratua berrituz. Realak beti egin du lan

harrobiarekin, eta bide horretatik jarraitu behar duela irizten diot. Zenbat eta etxeko jokalaria gehiago izan, hori taldearen onerako dela uste dut. Ni, behintzat, oso gustura nago.

Askotan, Bigarren Mailatik Lehen Mailarako jauzi horretan, talde ugari goitik behera berreturatzen dira. Ez berritzeko beldurrik ba al zeneukan?

Gure kasuan, taldearen oinarria bere horretan mantendu du klubak. Egungo egoera kontuan hartuta, memento askotan harrobiko jendearekin aurrera atera behar izan du, baina Realak beti egin du lan etxeko jokalariekin. Nola ez, kanpoko jokalaria asko izan dituen urte batzuk ere egon dira. Nik uste dut egokiagoa dela harrobiko jokalariekin kontatzea eta fitxaketa batzuekin osatzea taldea. Konfiantza emanda, taldeak gauzak ongi egiten dakiela erakutsi zuen iaz. Horren haritik, Lehen Mailan ere maila ona eman dezakegu.

Harrobiarekin emaitzak lortzen badira, zergatik aldatu?

Hori da! Iaz, igandero-igandero etxeko zazpi edo zortzi jokalaria zelairatzen ziren lehen hamaikakokan, eta jendeak lan bikaina osatu zuen. Azken finean, etxeko edo harrobiko jokalariek gara Realak gehien maite dugunak; hain zuzen ere, koloreak sentitzen ditugunak. Beraz, bertako jokalariekin kontatu behar dela begi bistakoa da eta, badesa emanez gero, erantzuten eta emaitzak lortzen badakigu.

Garai bateko Realak berreskuratzen ari al da? Hau da, atzerriko horrenbeste jokalaririk ez zuen klub hura.

Beno, izan daiteke. Zaletuek taldearekin oso gustura daudela erakutsi dute: iaz jende ugari irteten zen kalera Realeko elastikoarekin, eta Anoetara ere jendetza gerturatzen zen norgehiagokak jarraitzera. Zaletua Realarekin identifikatu da berriro ere, eta hori pauso oso garantzitsua da.

Taldea ongi dabilenean, mundu guztia gehitzen da festara. Aurten, aitzitik, sufritzea toka daiteke. Taldea horren ongi ez badabil, jarraitzaileak kea bezala desagertuko al dira?

Jarraitzaileak jakin badaki aurten goa bestelako denboraldi bat izango dela. Jendeak beti lagundu izan gaitu, baita mementorik zailenetan ere. Jakina, sailkapenaren buruan zaudenean errazagoa da beti, baina aurten ere, hiru urte eta gero, Anoetatik pasatuko diren taldeen aurka ko partidak ikustera jende ugari joango da. Alde horretatik, zaletuak beti bezain fidel erantzuten ari dira.

Hiru urte pasatu dira Bigarren Mailara jaitsi zinenetik, baita lehen taldearekin debutatu zenuenetik ere; Real Madrilen aurka izan zen. Nola gogoratzen duzu une hura?

Urrutiko kontua balitz bezala ikusten dut, baina memento polita izan zen hura. Beti da amets bat Lehen Mailan debutatzea eta niri

FUTBOLA LEHEN MAILARAKO JAUZIA

Reala Lehen Mailara igotzea amets bat zen, baina baita bete-behar bat ere. «Igoera ahalik eta azkarren lortu behar genuen, Real Lehen Mailako taldea delako», dio jokalaria zarauztarrak. Hala ere, Bigarren Mailan ainguratuta pasatu dituzte hiru denboraldi. Urte horietan «horretara» burubelarri aritu dira: «Bigarren Mailako lehen bi denboraldie-



tan ezin izan genuen lortu, eta hirugarrenean posible izan zen. Sekulako gogoa genuen guztiok, eta garbi ikusi zen zaletuek nola ospatu zuten. Barnean generaman guztia atera zen, bai taldearen aldetik bai jendearen aldetik. Poz ikaragarria izan zen niretzat, orain arte nire ibilbidean eskuratutako garaipenik han-

diena». Egun haie-tan Gipuzkoa osoak egin zuen bat Realarekin. Estradak poztasun handiz gogoratzen du igoe-rako astea, baina «handik egun batzuetara hasi ginen guztia barneratzen. Niretzat mementorik gozoena partida bukatu zenekoa izan zen, futbol zelaiari itzulita eman eta jendeak txaloka hartu ginduenean».

Hiru urte gehiegitxo izan badira ere, Bigarren Mailaz ahaztu eta Lehen Mailan murgildu dira bete-betean: «Bigarren maila ez zen Realaren berezko tokia, nahiz eta bertan aritzera tokatu zitzaigun. Orain, maila mantentzea da helburua. Hori da gure aurtengo erronka».

Real Madrilen aurka tokatu zitzaizdan. Beharbada, ez zen taldearen unerik gozoenean izan, baina nik gustura jokatu nuen. Oro har, urte zaila izan zen eta jaitsi egin ginen. Orain zapore gazi-gozoz oroitzen dut; ona, estreinakoz lehen taldearekin jokatu nuelako eta, txarra, mailari eusteko gai izan ez ginelako.

Urte hauetan jokalaria bezala garatuz joan zara, baina zertan hobetu duzula esan zenezake? Nolakoa da egungo Estrada?

Nire lehenengo bi urteetan ez nintzen fin ibili eta, gainera, ez nuen entrenatzaileen babes handirik izan. Urte gogorak izaten dira, ez duzulako gehiegi jokatzen. Gisa horretan, jokalaria gazte batentzat zaila da ibilbide egonkor bat garatzea. Iaz postuz aldatu nintzen [lehen erdialdean jokatzen zuen eta orain atzeko lerroetan, hegaletik], eta lesionatu bitartean partida guztiak jokatu nituen. Garapena pixkanaka-pixkanaka doa, bai entrenamenduetan, bai partidetan. Denboraren poderioz, lasaiago jokatzen eta zeure tokia bilatzen ikasten duzu. Jokatzen joan ahala gauza berriak ikasten zoaz. Edonola ere, oraindik gaztea naiz, eta gauza asko dut ikasteko.

Zure orain arteko ibilbidea gorabeheratsua izan da, dena dela. Bigarren Mailan izan duzuen entrenatzaileen joan-etorriak asko baldintzatu al du zure jarraipena?

Bigarren Mailan egoera ez zen oso ona izan eta lehen urteetan fitxaketa asko egin zituzten. Ondorioz, lan taldea jokalaria askok osatu genuen. Hala, ez nuen partida askorik jokatu. Jaitsi eta lehen urtean, Chris Coleman entrenatzaile zela, dezente jokatu nuen, baina aldatetak etorri ziren: aurrena, Jose Ramon Eizmendi eta ondoren, Juanma Lillo. Azken honen joko sisteman ez nintzen gehiegi sartu. Futboleko ohiko gorabeherak dira horiek! Entrenatzaile batzuen planetan sartzen zara eta beste batzuenetan, berriz, ez. Iaz,

Martin Lasartek hartu zuen taldearen entrenatzaile ardura, eta berekin, lesionatu bitartean, partida ugari jokatu nuen. Azken finean, futbolak kontu hauek ditu.

Eta lesiotik behar bezala osatu al zara?

Orain oso ongi nago. Villarreal B taldearen aurkako norgehiagokan lesionatu nintzen, zorte txarreko jokaldi batean. Zoritxarrez, ebakuntza egin behar izan zidaten eta denbora dezente atsedendaldia hartu behar izan nuen, ongi osatzeko. Ondoren, taldera itzuli nintzenean, taldea berriz osatuta zegoen, eta partida gutxi bezain erabakigarriak geratzen ziren. Lesionatu aurretik primeran nengoen, sasoiko, baina hiru hilabete eta erdi geroago, berriz taldearen erritmoa hartu behar izan nuen eta hori ez da batere erraza. Gainera, nire postuan jokatzen zebilena ere txukun ari zen, beraz, zergatik aldatu? Egia esan, lesio batek beti amorrarazten zaitu, baina tira!

Liga hasiera honetan ez duzu gehiegi jokatu, eta zure postuan Carlos Martinez ari da. Hasierako hamaikakoan ohiko jokalaria izateko aukerik ba al duzu, ala zure postuan lehia borrokatua dago?

Nik guztia emango dut hasierako hamaikakoan sartzeko; azken finean, hori baita jokalaria guztiok nahi duguna. Hasiera ona egitea da gakoa. Behin ongi hasita, errazagoa da postua mantentzea. Nire toki berean Carlos Martinezek jokatzen du, eta iaz denboraldi amaiera ona egin zuen. Biotako batek jokatuko du gehienbat aurten. Dena dela, elkarrekiko dugun lehiakortasuna sana da. Ni ahalik eta ondoren egiten saiatuko naiz, entrenatzaileak nirekin kontu dezan.

Lehen Mailan esperientzia askorik ez duzu oraindik. Era berean, Messi, Cristiano Ronaldo, Forlan eta Munduko Txapelketa irabazi duten Espai-



niako Selekzioko izar horien guztien aurka neurtuko dituzue indarrak. Errespetu handia sorrarazi behar du horrek!

Izugarritzko sona dute aipatutako jokalaria horiek. Edonola ere, euren aurka jokatzen hasten zarenean, kontu horiek ahaztu egiten zaizkizu. Aurrean duzuna aurkari bat gehiago da, eta gainerako partidetan bezala, berdin-berdin jokatu behar duzu. Maila handiko jokalaria dira, eta nolabaiteko errespetua diezu, baina beldurrik ez. Errespetua jokalaria eta talde guztiei izan behar zaie; nahiz eta horrenbesteko oihartzunik ez izan, kirolari oso onak daude futbol zelaietan. Beraz, kikildu gabe ekin behar diegu jardunaldiei.

Errespetua, bai, baina era berean beraien aurka lehiatzeko gogoz izango zarete, bada?

Dudarik gabe, guztiz motibagarria da horien guztien kontra joka-



«**Tamalez, oraindik ez dut Athleticen aurka derbirik jokatzeko aukerarik izan; hori da jokatzeko gogo gehien dudan urteko partida**»

teza futbol zelai garrantzitsuena. Baina, betiere sentipen onekin, gogotsu, eta beldurrik gabe.

Gorenko mailan ibilbide oparoa egitea da futbolista oro-ren nahia. Zeintzuk dira zure helburu pertsonalak? Zer lortu nahiko zenuke?

Ahalik eta minutu gehien jokatzea gustatuko litzaidake aurten, baita urte ona eta lasaia izatea realzale guztiok ere. Niri dagokidanez, maila pertsonalean, ibilbide luzea egitea gustatuko litzaidake Rea-

larekin Lehen Mailan. Helburu polita izango litzateke hori. Tituluren bat lortzeko borrokatzeak gauza ikaragarria izan behar du, baina horrek ez nau itsutzen. Oraindik urruti ikusten dut pauso hori. Apurka-apurka egin nahi dut aurrerantz, epe laburreko helburuekin. Memento, partidak jokatuta eta eskarmentua hartu nahi dut.

Derbirik jokatzeko aukerarik izan al duzu? Irrikitandu zaleak; jokalariak ere bai?

Tamalez, oraindik ez dut Athle-

ticen aurkako derbirik jokatzeko aukerarik izan. Denboraldi honetan jokatuko ditugun partida guztien artean, Athleticen aurkako da jokatzeko gogo gehien dudana. Barça eta Madril talde garrantzitsuak dira, noski, baina Athleticen aurka lehiatzeak ilusio berezia egiten dit. Partida politak izango dira eta ea biak irabazten ditugun! Lehenengo abenduaren 5ean izango da, Anoetan, eta zaletuek eurek ere gogo ikaragarria dute derbi bat ikusteko.

Reala dagokion tokira itzuli da. Goazen errealistak izatera, noiz arte?

Nik uste dut luzerako izango dela. Lehen Mailara igo eta lehen urteak izaten dira zailenak; hau da, igo eta maila mantentzea. Asko berehalakoan jaisten dira Bigarren Mailara, Xerez bezala. Baina, talde gaztea gara eta konfiantza apur bat ematen badigute, urte askoan jarrai dezakegu lehen mailan.

Hodeiertzeraino iristeko adorea

Urtebetean sekulako aurrerapausoa eman du Edorta De Antak arraunketa egokituan. Nazioartean hainbat domina irabazi du eta, aurki, Munduko Txapelketarako txartela lor dezake.

EDORTA DE ANTA bere ontzian, entrenamendu saio baten hasieran.

ORIO ARRAUNKETA Elkarreak arraunketa egokituko taldetxo bat osatu zuen 2009ko maiatzean, lau arraunlari elbarriz osatuta. Ilusio handiz ekin zioten ekimenari, eta arraunlari berriak serio-serio hasi ziren entrenatzen Juan Angel Garmendiaren aginduetara. Urtebeteko epean, talde horretako kide Edorta De Anta tolosarrak aurrerapauso izugarria egin du, sekulako denboraldia osatuz. Orain urtea biribildu nahi du, azaroan Carapiro aintziran (Zeelanda Berria) jokatu den

Munduko Txapelketan parte hartuz. Horretarako, ordea, Espainiako selekzioaren hautapropa gaintitu beharko du urriaren erdialdean.

De Antak martxoan abiarazi zuen denboraldia. Banyolesen jokatuako estropada irekian txukun aritu ostean, Espainiako selekzioan lekua lortu eta Gavirateko (Italia) Nazioarteko Kopako estropada jokatzeko txartela lortu zuen maiatzaren hasieran. «Bertan ezustekoa eman nuen, iazko Espainiako txapeldun Juan Pablo Barciaren aurretik hel-

mugaratu bainintzen lau bider eta nahikoa erraz, gainera. Italiatik brontzezko bi domina ekarri nituen etxera», gogoratu du De Antak.

Horren haritik, maiatzaren bukareran, Espainiako Federazioak Esloveniako Munduko Kopan lehiatzeko hautatu zuen Orioko arraunlaria, eta beste behin erakustaldi bikaina egin zuen. «Munduko onenak bertan biltzen zirela kontuan izanda, ezusteko galanta izan zen niretzat podiumera igotzea. Jokatu nituen estropadetan oso eroso sentitu nin-



tzen eta bron-
tzezko beste do-
mina bat lortu
nuen», azaldu du
honek.

Itzulitakoan,
Espainiako Txa-
pelketa prestatzen
aritu zen buru-be-
larri. Nazioarteko
probetan erakutsi-
tako nagusitasuna
ikusirik, bazirudien
txapela De Antaren-
tzat izango zela, bai-
na gauzak ez ziren
espero bezala izan.

«Bero handia pasatu nuen proba
hartan eta, egia esan, ez zen nire
egunik onena izan», onartu du
arraunlariak. Azkenean, «iazko txa-
peldunak irabazi zidan bi segundo-
ko aldearekin, eta joan den urtean
bezalaxe, zilarrekin konformatu
behar izan nuen».

Biren artean

Hurrengo hitzordua Zeelanda
Berriko Munduko Txapelketa da,
baina bertan parte hartzeko txartela
norentzat izango den erabakitze-
dago oraindik. Selektzio bakoitzak
arraunlari bakarra aurkeztu ahal
izango du, eta Espainiako Fede-
razioa Barciaren eta De Antaren
artein dago. «Biotako nor eraman
erabakitze, urriaren erdialdean
Banyolesen elkartuko gaituzte be-
rriro ere. Proba batzuen bidez, on-
doen prestatuta dagoen arraunlaria
hautatuko dute txapelketarako»,
adierazi du Orioko hautagaiak.
Horretarako, jo eta ke ari da entre-
natzen azken hilabeteotan.

Espainiako Txapelketako
estropozua kenduta eta gai-
nerako probetan erakutsita-
ko maila aintzat hartuta, hel-
burua lor dezakeela uste du:
«Aukerak badituzte, bai. Oso
animatuta jarraitzen dut, eta
espero dut berriz ere ezuste-
koa ematea eta Munduko
Txapelketarako txartela esku-



ratzea. Hautaprobea gainditu arte ez
dut helbururik zehaztu nahi Zee-
landa Berrirako. Memento, txartel
preziatua lortu nahi dut, eta gero
gerokoak. Sailkatzea denboraldia
bukatzeko opari zoragarria izango
litzateke».

De Anta iaz hasi zen arraunketa
praktikatzen, baina lehendik ere
kirol ugari egindakoa da: pala, igeri-
keta, squasha... «Arraunean, ordea,
hasiberri samarra naiz», onartzen
du: «Beraz, niretzat egundokoa da
bigarren denboraldian Munduko
Txapelketaren atarian aritzea. Poz
ikaragarria izan da! Horrek guz-
tiak jarraitzeko motibatzeaz gain, ea
noraino hel naitekeen probatzeko
gogoia pizten dit. Orain arteko mai-
lari eusteko gai banaiz, niretzat bale-
koa da. Izan ere, arraunketa oso
kirol gogorra, zorrotza eta exigentea
da. Ea aurrerantzean ere bide bere-
tik jarrai dezakedan!»

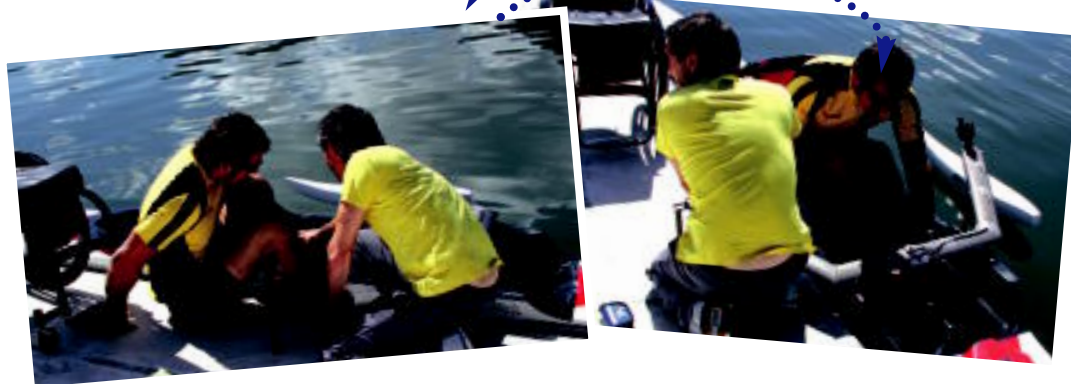
**«Zeelanda Berrian
jokatuko den Munduko
Txapelketan lehiatzea
denboraldia biribiltzeko
opari zoragarria izango
litzateke»**

Egonkortasunaren bidea

Euskal Herrian eta Gipuzkoan
oraindik oso gutxi dira arraunketa
egokitua praktikatzen dutenak.
«Zenbait gerturatu da probatzera,
baina askok, oso gogorra dela kon-
turatuta ez du jarraitu». Den-
boraren poderioz diziplina hau
egonkortzea eta multzo polit bat
osatzea espero du. Hala,
«Gipuzkoako eta Euskadiko
Txapelketa jokatu ahal izango
genuke. Izan ere, lau parte-hartzaile
ez bagaude ezin da antolatuta; arazo
horregatik aurten ez da egin».

Denboraldian zehar, gainera, es-
tropada oso gutxi izaten dituztela
dio. Eta, bide batez, «nazioartean
lehiatzeko maila ona eman behar
duzu, bestela Federazioak ez du
zurekin kontaktatzen. Ondorioz, urte
osoa prestatzen pasatzen duzu den-
boraldian bizpahiru proba bakarrik
jokatzeko. Eta hori oso gogorra da!
Horren lasterketa gutxi eta jarrai-
kortasun ezak lehiatzeko txinparta
galduarazten dizute. Nik eta Barciak,
zorionez, Munduko Txapelketara
joateko aukerak ditugu, baina Espai-
niako Txapelketan sei lagun aritu
ginen, eta gainerako lauek ez dute
zereginik datorren urtera arte».

Etorkizunari begira, «jendea la-
guntzeko prest» dago eta
«arraunlariak parte hartzeko prest
badaude, arraunketa egokitua fin-
katzen joango da pixkanaka-pixka-
naka. Hala ere, jarraikortasunean
dago gakoa. Beste kiroletan ia astero
lehiatzen dira, eta gurean ere ligaxka
moduko zerbait antolatuko balute,
kitzikagarriagoa izango litzateke
guztiantzat».



Taula gainean irrist egiteko prest!

Skateko maniobrak egitea eta arranpa batetik bestera ziztu bizian ibiltzea ez da erraza. Esperientzia izatea funtsezkoa da, baina norbaitek irakasten badizu, prozesua errazagoa izaten da. Eta Zarauzko Skate Eskola berriak horixe bera du helburu: gazteak taula gainean trebatzea.



SKATEAN TREBATZEKO

aukera eskaintzen du sortu berria den Zarauzko Skate Eskolak. Ikastaro modalitate berria da herrian, orain arte inork kontuan hartu ez duena. Ez behintzat eskola moduan. «Egia esan, behar zen halako zer-bait, Zarautzen eta eskualdean harrobi polita sortzen ari delako», adierazi du skate eskolako irakasle Santiago Carrascok.

Zarauzko Surf Eskolaren, 310 Projecten eta Essus dendaren elkarlanaren fruitua da skate eskola. Baina, izatez, Carrascori berari bururatu zitzaion ideia. Bera Zarautzen bizi den arren, argentinarra da, eta bere herrialdean profesional gisa lehiatzen aritutakoa. Gainera, Argentinako skate elkarte bateko kidea da, eta aipatu elkarteak hamarkada bat baino gehiago darama taula gainean nola patinatu irakasten. «Hona [Zarautzera] bizitzera etorri nintzenez, begirada guztiak surfera bideratuta zeudela konturatu nintzen. Nolabait esateko, skatea ahaztuta zegoen. Surf eskolek 20 urte pasatxo zituzten, baina skate eskolarik ez zegoen», dio eskolako irakasleak. Skate monitore bat behar zela ikusirik, «Zarauzko Surf Eskolako arduradun Mikel Troitiñori proposatu

nion, eta hark ezin hobeto hartu zuen ideia».

Eskolak astelehen, asteazken eta ostiraletan ematen dituzte, Argiñano jatetxe aurreko skate parkean. Udan zehar 12:00etatik 13:00era egin dituzte saioak; orain, udazkene-tik aurrera, arratsaldeetara aldatuko dute ordutegia. Aurki eguraldi txarra ere maiz izango da, baina eskolak badu irtenbide bat, Zarauzko Surf Eskolako egoitzaren barruan skate parke txiki bat baitute. Normalean 5 eta 12 urte arteko gaztetxoekin aritzen da lanean Carrasco, baina eskola skate-aren munduan murgildu nahi duen edonori irekita dago.

Ikastaroekin hasi aurretik, ordea, izena ematen duen haur bakoitzarekin banakako saio bat egiten du skate irakasleak. Modu horretan, patinatzaile hasiberriak zer nolako maila duen baloratu, eta mailaren arabera taldeetan banatzen ditu. Maila oso aurreratua dutenei banakako eskolak ere ematen dizkie, hobetzeko. Mailaren arabera, gainera, jauzi, maniobra edota oztopo ezberdinak jartzen dizkie begiraleak.

Ordubeteko saio batek 20 euro balio du; astebeteko ikastaroak, 50 euro; eta hilabetekoak, 150 euro. Izena eman edo informazio gehiago jaso nahi dutenek 652-38 77 18 telefono zenbakira deitu edo *skateeskola@hotmail.es* posta elektronikora idatzi dezakete.

DATUA

80

Aurtengo Oikiako San Bartolome jaietan, pasa den abuztuaren 28an, oikiarren traineruak Zarauzko Bandera irabazi zueneko 80. urteurrena ospatu zuten. Denboran atzera eginez, auzotarrek 1930. urteko kirol balentria hura gogora ekarri zuten ekitaldi berezi batean. Garaiko arraunlariek egin zuten modu berean, Kondera iritsi ziren auzotarrak arraunean. Herritarren txalo artean eta Zumaiako Musika Banda lagun, Oikiako plazara abiatu ziren txapeldunak. Bertan, Sotero Mujika bertsolariak lorpenaren nondik norakoak kontatu zizkien han bildutakoek. Antzezpenaren bideoa *Baleike.com* webgunean ikus daiteke.



BA AL DAKIZU...

Nola irabazi zuen Oikiako traineruak?

Duela 80 urte dozena bat auzotar gazte elkartu ziren eta Zarauzko estropadan hartu zuten parte, abuztuaren erdialdean. Bi asteburutan jokatu zuten proba, hilaren 17an eta 24an. Lehen jardunaldian, Oikiak Zarautzen eta Zumaiaren aurka neurtu zituen indarrak, eta ezustekoa eman zuen, 16 segundoko aldearekin irabazita. Bigarren jardunaldian, berriz, Zumaiako ontzia izan zen nagusi, baina oikiarrek lehen jardunaldian ateratako errentari esker, Bandera eraman zuten etxera.



Skateari esker ikasten diren baloreak eguneroko bizitzarako baliagarriak direla dio Zarauzko Skate Eskolako irakasle Santiago Carrascok: «Taula gaineko kirolei (surfean, skatean eta snowboardean) esker, oreka eta egonkortasuna lantzen duzu, baita ikusmena eta entzumena ere. Erne egoten ikasten duzu, eta behin arlo horretan entrenatuta bazaude, guttia automatikoki ateratzen zaizu. Kirola baino askoz gehiago da: etengabeko sormena eta norbera pertsona bezala gaintitzea». Eskolaren bidez, skatea surfaren osagarri izatea nahi du irakasleak. Izan ere, «skateak beldurra saihesten laguntzen die, batez ere, uretan egin ditzaketen maniobren aurrean».

Zarautz



Bizikleta

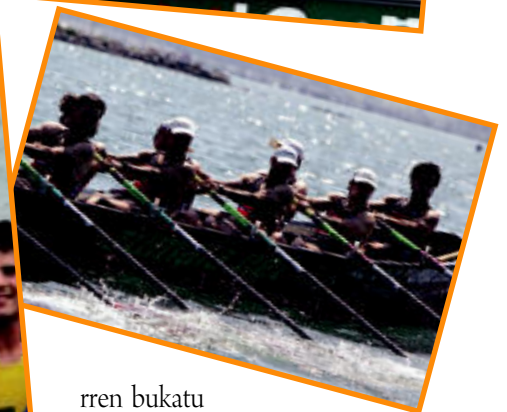
gainean, denak bat eginik

Mugikortasunaren Astearen baitan, Txirrindulari Txiki Eguna ospatu zuten irailaren 11n Zarautzen. Lizardi Institutuaren atzealdetik abiatu ziren, giro ederrean, hainbat haur, gaztetxo eta heldu euren bizikletekin, lasterketa lasaia egiteko.

Urola Kostako Arrauna

Korronte ezberdinak

ARRAUN denboraldiak askora-ko eman du; bai gizonetzkoetan, bai emakumezkoetan, gorabeherak izan dituzte eskualdeko traineruek. Gizonetzkoetan txanponaren bi aldeak nabarmendu dira aurten. Alde batetik, Orio San Miguel Liga irabazteko zorian aritu da azken estropadetara arte, eta Kontxan, bandera irabazi ez arren, ohorezko txandako errege izan zen azken saioan, faborito ziren Urdaibai eta Kaiku atzean utzita. Sailkapen orokorrean, bermeotarrek euren Kontxako lehen bandera irabazi zuten, eta oriotarrek bigarren postuan bukatu zuten. Bestalde, Orioko entrenatzaile eta



arraunlari Joxean Olaskoaga, *Aizperrok* taldea uzteko asmoa duela adierazi du.

Zarautzarrek eta zumaiarrek, berri, nahikoa lan zuten mailari eustearekin. Hala ere, Ligako sailkapen zerrendako azken bi postuetan bukatu zuten; Zarautz, azken postuan, automatikoki KAE 1 mailara jaitsi da eta Zumaiak mailari euste-

ko kanporaketa jokatu ondoren, San Miguel Ligan jarraituko du datorren urtean.

Emakumezkoetan, Galiziako taldea izan da jaun eta jabe beste behin, bai Ligan, bai Kontxan. EuskoTren Ligan hainbat tirabiraren ondoren, Galiziarri eman zioten garaipena. Ondorioz, Getaria-Tolosak eta Zumaiak txandaka ordezkatu duten Gipuzkoako selekzioak biga-

rren bukatu zuten. Kontxan ere galiziarrek izan ziren nagusi. Bigarren eta hirugarren eskualdeko bi traineru helmugaratu ziren: Getaria-Tolosa eta Zumaiak, hurrenez hurren. Lehia estuagoa izango zela espero zuten zaleek, bezperako sailkatze probako denborak kontuan izanda, baina azkenean galiziarrek erraz lortu zuten bandera. Getariarrek ez zuten euren egunik onena izan, azken minutuetan arraunlari aldaketa batzuk egin behar izan zituzten eta, horren eraginez, taldea urduri aritu zen. Zumaiarrek «gustura» geratu ziren emandako mailarekin, baina lan hobea egin zezaketen erreloz geratu ziren.



San Miguel Pro Zarautz probako txapela, Alvesentzat

Heitor Alves brasildarra izan da aurtengo San Miguel Pro Zarautz Munduko Surf Txapelketako garailea. Azken jardunaldian itsasoak asko lagundu ez bazuen ere, surflari gazteak olatu onenak aukeratu eta maiobra ikusgarriak egitea lortu zuen. Tim Boal frantziarra Alvesen erritmoa jarraitzen saiatu zen eta, azken unera arte pareko jardun zuten arren, brasildarra nagusitu zen amaieran.

Bela

Zumaia-Gipuzkoa belaontziak III. Iberdrola Saria irabazi zuen iraileko bigarren asteburuan, kruzero modalitatean.

Triatloia

Bost zarauztarrek Autonomien Arteko Espainiako Triatloi Txapelketan hartu zuten parte Galizian, Euskadiko Selekzioarekin: Miren Casadok, Irati Etxaburuk, Nerea Mujikak, Aitor Aldasorok eta Jon Unanuek. Emakumezkoak laugarren sailkatu ziren eta gizonezkoak zazpigarren.

Piraguismoa

Itxas-Gain taldeko Xabier Osa zumaiarrak brontzezko domina lortu du Munduko Maratoi Txapelketan, K-2 modalitatean, Siro Gonzalez lagunarekin; K-1en ez zuen proba amaitu, lema hautsi zitzaielako.

Zumaia **Atletismoa** Zakila Bira lasterketa, abiatzeko prest



Zumaiko XIV. Zakila Bira lasterketa jokatuko dute urriaren 2an. Erribera kaletik aterako dira korrikalariak, 17:00etan, eta Arroa, Iraeta, Aizarnazabal eta Oikia igaro ondoren, Erribera kalera itzuliko dira. Guztira 20 kilometro osatu beharko dute, eta helmuga Pulpo elkartearen ondoan jarriko dute. Iaz aldaketatxo bat izan zuen ibilbideak, Alondegiko lanak zirelako, baina aurten betiko zirkuituari helduko dio lasterketak. Parte-hartzea 850 kirolariko kopurura mugatu dute.



Shidokan karate eskola aurkeztu berri dute

Zarauzko Shidokan elkarteak karate eskola jarri du abian, Udaleko kirol Patronatuaren laguntzarekin. Ondorioz, hemendik aurrera karateko ikastaroak emango dituzte astelehenetan eta ostiraletan Aritzbatalde kiroldegian eta Lizardi Institutuko gimnasioan.



Kamera eskuetan zuen arraunlaria

Eneko Dorronsorok arraun denboraldia kontagai duen 'Ttaup, ttaup! Arraun kolpeka' film dokumentala Donostiako Zinemaldian aurkeztu berri du.

2007. URTEKO arraun denboraldi osoa Zumaiako arraunlarien jarduna filmatzen pasatu zuen Eneko Dorronsoro zumaiarrak. Bildutako materialarekin *Ttaup, ttaup! Arraun kolpeka* film dokumentala landu du, Tuntuxa ekoizpen etxearen babesarekin, eta Donostiako Zinemaldiaren Zinemira-Euskal Zinemaren Panorama atalean aurkezteko aukeratu dute. Estrenaldia hilaren 19an izan zen, baina datozen asteetan Zumaian emateko asmoa ere badute.

Dokumentala «proiektu pertsonal» gisa abiarazi zuen Dorronsorok: «Neguko prestaketekin hasi eta denboraldia bukatu arte beraiekin izan nintzen. Talde barruan sartu eta nire kameratxoarekin euren egunerokoa filmatzea izan zen nire helburua». Arraunlarien aldetik inolako trabarik ez zuen izan, eta pixkanaka-pixkanaka bete-betean sartu zen taldean. Taldekide bat gehiago bihurtuta, entrenamendu eta estropada guztietara joaten hasi zen.

Denboraldian zehar 110 ordu filmatu zituen Dorronsorok. Irudi horietan bere aurrean gertatutakoa jasotzen saiatu zen. Izan ere, «inoiz ez diet eskatu normalean egiten duten zerbait kamera aurrean errepikatzerik. Gauza guztiak gertatu ziren bezala filmatu ditut». Hala eta guztiz ere, muntaketa prozesuan gauza batzuk hartu eta besteak kendu behar izaten dira, eta «loturak alde narratiboarekin indartu behar dituzu, ikus-

leei zuzenduta dagoelako. Prozesu horrek eman dit buruhauste gehien, gauzak izan ziren bezala kontaktu nahi dituzulako, konnotazio guztiak mantenduz, eta guztiakin kunplitu nahi duzulako». Azkenean, ordubetera murriztu du filma.

Arraunaren «edertasun piktorikoz» haratago, ikusleak dokumentala ikusita arraunaz zertxobait gehiago ikasi dezan ahalegindu da zuzendaria. Ekoizpenaren ikuspegiari dagokionez, *Ttaup, ttaup! Arraun kolpeka* dokumentalak «denetik pixka bat» duela dio honek: «Ukitu periodistikoaz gain, 2007ko denboraldiaren kronika ere bada, urteko kontuak nola joan ziren azaltzen baitut. Era berean, atzera begirakoarekin ere jokutzen dut, garai bateko kontuekin; egun kirola dena garaiko ogibide batetik dator. Bestetik, berriz, kutsu poetikoa ere eman nahi izan diot».

ARRAUNAREN irudia «oso polita» dela uste du Eneko Dorronsorok; izan ere, «aurrera joateko atzera begira doaz arraunlariak».

