

ESTADIO



ENTREVISTA

David Burnett

Reportero gráfico

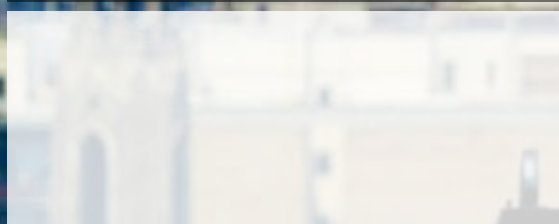
"Soy alguien que trata de contar historias para aquellos que no pueden verlas"



2016 Uda / Verano

Ekintzen egitaraua
Programa de actividades

Envío de la Fundación Estadio para:



-rentzat Estadio Fundaziotik bidalia

Kirola Euskaraz y
Sport & English

Deporte e idioma, una combinación perfecta para el verano



ESTADIO

La misión de la Fundación Estadio Fundazioa es expresar la responsabilidad social y el compromiso de la Fundación Vital con el desarrollo de una cultura del deporte y la promoción de la actividad física regular.

Comité de redacción: Aitor Armiño, Paco Cermenzana, José Ángel Lz. Lacalle, Ángel Lz. Luzuriaga, Ramón Maroto, Elena Ozcoz y Mikel Urdangarín

Han colaborado en este número: Pablo Cuñado, Uxue Franco, Iñigo Rz. Azua, Jaime Rz. Eguino y Udane Sánchez

Fotos: David Burnett y Ángel Lz. Luzuriaga

Edita:

Fundación Estadio Fundazioa
Pº Cervantes lb. 20 · 01007 Vitoria-Gasteiz
t. 945131345 · estadio@fundacionestadio.com

Participa en:



Miembro de:



Imprime: Grafilur S.A.



Diseña y maqueta: Bell Comunicación

Escribe y traduce: Aspici

Depósito legal: VI-194/96

ISSN: 1889-7142

Suscripciones: revista@fundacionestadio.com

Anuncios: revista@fundacionestadio.com

Estadio
Vital Fundazioa



#82 /2016 NUEVA ÉPOCA

AURKIBIDE / SUMARIO



04 zap

Inclusión social a través del boxeo; Supervivientes del atentado de la maratón de Boston vuelven a correr con sus prótesis; Los riesgos de la tecnología aplicada al ejercicio; El mejor piragüismo del mundo en Pau; Lanzada la primera estrategia europea para la actividad física; La estrella de fútbol, Brandi Chastain, donará su cerebro a la investigación; UNESCO: educación a través del deporte; Solidaridad contra un ataque racista en el mundo del fútbol



06 aurrera! / ¡en movimiento!

Kirola Euskaraz y Sport & English, una combinación perfecta para el verano



08 elkarrizketa / entrevista

David Burnett, reportero gráfico



10 on egina! / ¡bien hecho!

Miratus, bádminton a ritmo de samba



14 estadio eredu / ejemplo estadio

Iñigo Fz. Liger, cuando tres kilómetros separan el caos de la esperanza



16 info estadio

Hostelería de verano; Pásate a la tarjeta verde; En la piscina, el bañador adecuado; No ruedas en el Estadio; En el Estadio tus hijas/os son tu responsabilidad; No tomes imágenes sin autorización; Stop robos en el Estadio; Ayúdanos a disfrutar del Estadio; Equipo de socorristas; Utiliza las taquillas; Si viajas, no te pares; Sin toalla, no entrenas...



20 estadioko kirolaria / deportista estadio

Leire y Nerea Beitia, el sueño americano



22 kolaboratzailea / colabora

Santi de Pablo, deporte y Guerra Civil en el País Vasco

La Fundación Estadio Fundazioa no comparte necesariamente las opiniones vertidas en los artículos de sus colaboradores. Las personas que quieran colaborar aportando información sobre deporte de interés para publicar en esta revista, pueden escribir un texto breve a la dirección revista@fundacionestadio.com e incluir su nombre y apellidos, la dirección postal y teléfono.

Summertime!

Kirola eta uda dira, segur aski, bururatzen zaizkizun lehenengo bi gauzak, Estadiorengan pentsatzen duzunean. Izan ere, hastapenetan, instalazio hau urtaro beroenerako izaten zen soilik; eta, ordudanik, kirola da beti gure izateko arrazoiak. Hala ere, orain zerbitzua urte oso-osoan egiten dugun bezala, uda Estadioren kirola baino askoz gehiago da. Estadioren instalazioak, zerbitzuak eta jarduerak zentzu guztietan gozatzeko egunik hobereak dira.

Era batera edo bestera Fundaziorako lan egiten dugunok berriz ere ahalegina egin dugu, Gasteizen uda honetan zure eta zuretarren aisialdi aktiborako ingurunerik onena eskaintzeko. Dena dago prest: igerilekuak, lorategiak, ostalaritza zerbitzuak —plaza berrian jarritako aire zabaleko buffeta gozatuko duzuekoan gaude—, kirol instalazioak eta jarduerak. Falta zaigun bakarra da zure laguntasuna, eguraldia lagun izatea... eta oroitzeko moduko uda izan dadila!

Datozen aste eta hilabeteetarako prestatu dugun eskaintza guztia ezagut dezazun, aldizkariaren zenbaki honetan sartu dugu 'Summertime!' jarduera programa. Uste dugu izenburu horrek ederki adierazten duela Estadioren udak duen funtsa: atsedenerako, adiskidetasunerako, mugimendurako, familiarako, eguraldi onerako, aire zabalerako... aldia eta aldea; jostatzeko, eta datozen ikasturteari ekite aldera indarberritzeko.

Gainera, hemen elkarrizketatu ditugu David Burnett, erreportari grafiko ospetsuenetako bat, halaberrez Joko Olinpikoak ere fotografiatu dituena, 1984koetatik Brasilgo datozenetaraino; Leire eta Nerea, Estadioko biki bi, Ameriketara joanak, unibertsitatean graduatzeko eta futboleko jokatzeko abenturan; eta Iñigo, gasteiztar suhiltzailea, Greziako uharteetako iheslari esparruetan nozitzen dituzten sufrimendua eta beharra adierazi dizkiguna.

Zenbaki honetan bertan, azkenik, aipatzekoak ditugu Kirola Euskaraz eta Sport & English haurrentzako programa trinkoak, uda honetarako berritasun interesgarriak dakartzatenak; Miratus, Rio de Janeiroko faveletan egiten den gizarte eta bádminton proiektua; duela 80 urte Gerra Zibilak Euskal Herriko kirolean izan zituen eraginaren oroitzapena; eta kiroleko, haren kulturako eta gure klubetako albiste xume baina nabarmenen koketela, bai eta Estadioko informazio praktikoa ere, urte sasoi honetan bereziki garrantzitsua baita.

Uda hau bete-betean gozatzea opa dizut. Estadioren ikusiko dugu elkar.

Fernando Aránguiz

Estadio Fundazioako lehendakaria

Summertime!

Deporte y verano son seguramente las dos cosas que primero te vienen a la cabeza cuando piensas en el Estadio. De hecho, en sus inicios, ésta fue una instalación sólo para la estación más cálida del año y, desde entonces, el deporte ha sido y es nuestra razón de ser. Pero al igual que ahora te damos servicio durante los doce meses, el verano en el Estadio es bastante más que deporte. Son los mejores días para disfrutar de sus instalaciones, servicios y actividades en todos los sentidos.

Las personas que, de una u otra forma, trabajamos para la Fundación, nos hemos vuelto a esforzar para ofrecerte este verano el mejor entorno posible para tu ocio activo y el de los tuyos en Vitoria-Gasteiz. Todo está listo: piscinas, jardines, servicios hosteleros —esperamos que disfrutéis del buffet al aire libre en la nueva plaza—, instalaciones deportivas y actividades. Sólo nos queda volver a contar con tu colaboración, que el buen tiempo acompañe... y que sea un verano para recordar.



Para que conozcas toda la oferta que hemos preparado para las próximas semanas y meses, en este número de la revista incluimos el programa de actividades 'Summertime!', un título que pensamos que representa la esencia del verano en el Estadio: un tiempo y un lugar para el descanso, las amistades, el movimiento, la familia, el buen tiempo, el aire libre... para recrearnos y cargar pilas de cara a afrontar el próximo curso.

Además, incluimos las entrevistas a David Burnett, uno de los reporteros gráficos más reconocidos y que el azar llevó a fotografiar también los JJ.OO. desde 1984 hasta los próximos en Brasil; a Leire y Nerea, dos gemelas del Estadio en su aventura americana para llegar

a ser graduadas universitarias y jugadoras de fútbol; y a Iñigo, bombero gasteiztarra, que nos transmite el sufrimiento y la necesidad en los campos de refugiados en las islas griegas.

Completamos el número destacando nuestros programas infantiles intensivos 'Kirola Euskaraz' y 'Sport & English', con novedades interesantes para este verano; un reportaje sobre Miratus, proyecto social y de bádminton en las favelas de Río de Janeiro; el recuerdo, 80 años más tarde, de los efectos de la Guerra Civil en el deporte vasco; y los cócteles habituales de noticias discretas pero relevantes del deporte, de su cultura y de nuestros clubes así como de información práctica del Estadio, especialmente importante en esta época.

Te deseo que disfrutes de este nuevo verano. Nos vemos en el Estadio.

Fernando Aránguiz

presidente de la Fundación Estadio



Supervivientes del atentado de la maratón de Boston vuelven a correr con sus prótesis

Patrick Downes y Adrienne Haslet perdieron una pierna en el atentado de la maratón de Boston de 2013, que costó la vida a tres personas e hirió a casi 300. Tres años después han vuelto y han cruzado la línea de meta corriendo con sus prótesis y convirtiéndose en un ejemplo de superación para todo el mundo. Ambos han formado parte de un grupo de supervivientes y familiares que han querido demostrar que con determinación se pueden superar numerosos obstáculos. La carrera les ha servido, además, para recaudar fondos para 'Limbs por life' (Haslet), una organización que proporciona prótesis a personas con pocos recursos y una beca para estudiar en la universidad 'Boston College' (Downes).



Los riesgos de la tecnología aplicada al ejercicio

La tecnología está, sin duda, facilitando la práctica de ejercicio y el seguimiento de las actividades deportivas. Sin embargo, estudios recientes advierten de los riesgos que entraña consultar distintos dispositivos electrónicos mientras se practica ejercicio. Así, un estudio llevado a cabo entre 1.000 miembros de clubes deportivos en Reino Unido ha revelado que comprobar los tweets mientras se corre sobre una cinta o consultar una app de quema de calorías, entre otras cosas, provoca accidentes en el 3% de las/os usuarias/os y que el 14% de las personas afectadas acababa lesionándose. Otro estudio realizado en Carolina del Norte puso a caminar a 95 estudiantes y reveló que el grupo que utilizaba podómetros caminaba más, pero que quienes no los utilizaban, disfrutaban más de los paseos. O lo que es lo mismo, que fijar objetivos puede incrementar la productividad pero disminuir la satisfacción.



El mejor piragüismo del mundo en Pau

Pau se ha convertido en la 'capital' mundial del piragüismo debido a que el estadio de aguas vivas de Pau-Pyrénées está siendo escenario en los últimos años de acontecimientos internacionales de primer orden. A la final de la Copa del Mundo de Slalom celebrada en agosto del pasado año, se suma la Copa del Mundo de Slalom y de Descenso que tendrá lugar entre el 17 y 19 de este próximo junio. La misma competición volverá a la localidad francesa de forma consecutiva en septiembre de 2017. En torno a las pruebas deportivas, Pau ha organizado, además, un completo programa cultural y social ligado al agua, con acciones de sensibilización medioambiental como eje principal. Tienes el mejor piragüismo del mundo muy cerca.



Lanzada la primera estrategia europea para la actividad física



Los Estados miembros de la oficina regional de la OMS para Europa han adoptado la primera estrategia europea centrada exclusivamente en la promoción de la actividad física. La estrategia se ha diseñado para ayudar a los gobiernos a llevar a cabo acciones destinadas a promover la actividad física en sus poblaciones y reducir así el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes, cánceres de útero y de mama, sobrepeso y obesidad. Incluye, entre otras cuestiones, la posibilidad de introducir límites en el volumen y la velocidad del tráfico, la construcción de carriles bici y zonas peatonales, la inversión en espacios 'verdes' y la implantación de clases de educación física de calidad y de programas de promoción de la actividad física en escuelas y centros de preescolar. Con el tiempo se espera que la aplicación de las medidas identificadas ayude a los Estados a alcanzar el objetivo de reducir un 10% la inactividad física en 2025.

La estrella de fútbol, Brandi Chastain, donará su cerebro a la investigación

Brandi Chastain saltó a la fama en 1999 por marcar en la tanda de penaltis el gol que dio la victoria a Estados Unidos en la Copa del Mundo femenina. Pero a partir de ahora también será conocida por donar su cerebro a la Universidad de Boston, institución que encabeza los estudios sobre los efectos de las conmociones cerebrales múltiples en la CTE, una enfermedad neurodegenerativa que afecta a deportistas con antecedentes de trauma cerebral repetitivo. Chastain considera necesario que, cuando haya fallecido, se conozca qué efectos pueden haber tenido en su cerebro todos los golpes y pequeñas conmociones no diagnosticadas en su vida deportiva, con la convicción de que su estudio ayudará a futuras generaciones.



UNESCO: educación a través del deporte

La UNESCO apuesta por introducir el deporte y aplicar sus valores en los planes de estudio y la enseñanza reglada de todo el mundo para lograr una educación de más calidad. El deporte, además de contribuir a un estilo de vida activo y saludable, puede enseñar valores como el juego limpio, el trabajo en equipo, la igualdad, la disciplina, la inclusión, la perseverancia y el respeto. Así mismo, tiene el poder de proporcionar un marco universal para el aprendizaje de valores, lo que contribuye al desarrollo de las habilidades sociales necesarias conseguir una ciudadanía responsable. Vídeo ilustrativo y más en: unesco.org/sportvalues

Solidaridad contra un ataque racista en el mundo del fútbol

El ataque racista sufrido por dos jugadores de fútbol africanos pertenecientes al Deinster SV alemán ha provocado una sorprendente respuesta por parte del club en solidaridad con sus compañeros. Tras el ataque, alteraron digitalmente la imagen oficial del equipo en Facebook oscureciendo sus rostros hasta parecer un equipo formado exclusivamente por personas negras. Bajo la foto se podía leer: "La violencia contra los refugiados es patética. Emad y Amar, vosotros sois de los nuestros, igual que los demás y estamos muy felices de tenerlos aquí".



Inclusión social a través del boxeo

Espíritu de equipo, disciplina, respeto, convivencia..., son valores propios del deporte que logran resultados sorprendentes cuando se trabajan con personas y colectivos socialmente vulnerables. La Fundación Vital dedica gran parte de sus esfuerzos a mejorar la calidad de vida de los sectores más desfavorecidos, con especial atención a las y los más jóvenes. En este contexto, se ha puesto en marcha un convenio de colaboración con la Federación Alavesa de Boxeo (FAB) para apoyar al colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión y realizar campañas formativas enfocadas a la mujer.

Fruto de esta colaboración nace 'Escuela de Boxeo', un programa con claro carácter de vocación social que ayuda a jóvenes provenientes de entornos marginales y familias con problemas a integrarse en la sociedad a través del boxeo. Con la práctica de este deporte se les inculcan importantes principios para la convivencia diaria como el respeto a las normas y a las personas, al mismo tiempo que se prima el trabajo en equipo. La disciplina se complementa con el aspecto más lúdico del deporte y se intenta evitar que estos jóvenes incurran en prácticas poco saludables como pueden ser el consumo de alcohol o drogas.

Por otra parte, el convenio de colaboración entre la Fundación Vital y la Federación Alavesa de Boxeo permite a esta organización desarrollar una serie de campañas enfocadas a la mujer, como cursos de defensa personal ante posibles agresiones o campañas por la igualdad de género.



aurrera! / ¡en movimiento!

Kirola Euskaraz y Sport & English

Deporte e idioma, una combinación perfecta para el verano



Aurreko urteetan bezala, Estadio Fundazioak uda honetan udalekuak, campusak eta txapelketak antolatu ditu. Umeak, horrela, kirolean aritzuz dibertitzeko aukera izango dute. Era berean, euskara eta ingelesa ikasteko bi jarduera trinko daude: Kirola Euskaraz eta Sport & English.

Pronto llegará el verano y con él las largas vacaciones escolares: un periodo de merecido descanso para nuestros txikis que provoca algún que otro quebradero de cabeza organizativo en madres y padres. Y es que resulta muy complicado compaginar el ocio de las niñas y niños con la agenda de los y las mayores, que no disponen de tanto tiempo libre.

Como en años anteriores, la Fundación Estadio ha organizado para este verano colonias, cursos, torneos y actividades

en los que pueden divertirse practicando deporte. Y hay dos actividades intensivas, 'Kirola Euskaraz' y 'Sports & English,' en las que, además, podrán practicar y aprender euskera e inglés.

Ambas se desarrollarán durante las mañanas de una semana de los meses de junio y julio. Se han establecido 5 turnos desde el 27 de junio hasta el 29 de julio para facilitar la elección –puedes apuntarlos a tantos turnos como desees–. Este año, además, contaremos con opciones de custodia desde la 8.15 h y de comedor al acabar cada jornada hasta las 15.30 h.

Las dos actividades están dirigidas por personal titulado en educación física y euskara e inglés. Solo hay que tener en cuenta la edad de las y los menores y las fechas deseadas y a ¡disfrutar del verano!



Novedad 2016

Este verano, si necesitas dejar a tu niña/o antes del inicio de la actividad y/o que se quede a comer después hasta pasar a recogerle, tienes ambas opciones: custodia desde las 8.15 h y/o comedor hasta las 15.30 h. A la hora de inscribirte, pide la/s opción/es que te interese.



Si quieres combinar deporte con idioma, infórmate en Recepción, por teléfono 945131345 y Estadio online. Plazas limitadas.

La opinión de las/os monitoras/es



'Hacen nuevas amistades con quienes juegan, practican diferentes deportes, hacen manualidades o chapucean en la piscina, todo en euskara. Plan primeran!'



'Aprender inglés, hacer amigas/os, conocer y jugar a nuevos deportes y mucho más, todo sin salir del Estadio. Sport & English es la manera perfecta de pasar las mañanas de verano. Want to have fun this summer? join us!'

Kirola Euskaraz

- **Horario:** de 9.15 a 13.45 h
- **Turnos:** del 27/Jun al 1/Jul; del 4 al 8/Jul; del 11 al 15/Jul; del 18 al 22/Jul; y del 26 al 29/Jul.

Destinado a niñas y niños de entre 4 y 8 años, podrán divertirse con un montón de actividades en el Estadio pensadas para que se muevan, diviertan y aprendan utilizando el euskara. Su objetivo es fomentar y potenciar la actividad física de las y los menores y desarrollar su capacidad de relación y comunicación en euskara, que usan menos en vacaciones.

Las actividades en Kirola Euskaraz fomentan la motricidad y el trabajo en grupo. Disfrutarán de los juegos de orientación, de balón o musicales, atletismo, herri kirolak, ginkanas...

Además, se realizará una parada para tomar un almuerzo saludable –zumo natural, bocadillo y fruta– en la que las y los responsables aprovecharán para recordarles la importancia de comer bien y hacer deporte.

Sport & English

- **Horario:** de 9 a 14 h
- **Turnos:** del 27/Jun al 1/Jul; del 4 al 8/Jul; del 11 al 15/Jul; del 18 al 22/Jul; y del 26 al 29/Jul.

Está orientado para que las niñas y niños de entre 8 y 12 años hagan deporte aprendiendo y usando el inglés. Cada día se dedicarán 3 horas a hacer deporte en inglés y una hora de clase para afianzar todo lo aprendido sobre el idioma. A media mañana se hará un descanso para reponer energía con un almuerzo saludable –zumo, bocadillo y fruta–.

Conocerán diferentes modalidades deportivas –incluido el cricket! –, adquirirán conocimientos lingüísticos y, con el almuerzo, hábitos nutricionales saludables. La dinámica del curso es la siguiente: clase de inglés, dos sesiones de deporte, snack, tiempo libre, sesión de juegos deportivos/alternativos, piscina y ducha. Las sesiones de deporte variarán y se adaptarán a la edad de las/os alumnas/os de cada grupo. También se modificarán de una semana a otra.



1972ko ekainaren 8an David Burnett (Salt Lake City, AEB, 1946) Trang Bang herrian zen. Eta Vietnamgo herri txiki hartan, estatubatuar hegazkin batek napalm bonba bat bota zuen. Napalmak zipriztindu eta erreta lasterka ihesi zihozen umeak erretratu zituzten argazkilarietako bat da Burnett. Bidaia nekaezina, bere lanak oihartzun handia hartu zuen 1980an, bere argazki batek World Press Photo saria lortu zuenean: alaba besoetan zuela iheslari esparru baten janari ilaran itxaroten ari zen kanbodiarrak emakumearen argazkiak, hain zuzen. Burnett erreportari polifazetikoa dugu, 1984ko udatik hona joko olimpiko guztien berri eman du, eta aurten ere Rio de Janeiron izango da.



David BURNETT

Reportero gráfico

"Soy alguien que trata de contar historias para aquellos que no pueden verlas"

El 8 de junio de 1972 David Burnett (Salt Lake City, EE.UU, 1946) estaba en Trang Bang, la pequeña población vietnamita sobre la que un avión estadounidense lanzó una bomba de napalm. Él es uno de los fotógrafos que retrató a los niños corriendo tras ser rociados y quemados. En 1979 su trabajo sobre la revolución iraní fue publicado en la revista Time, incluido el retrato del hombre del año, el ayatolá Jomeini.

Viajero incansable, comenzó trabajando como freelance para Time y Life, fue miembro de la agencia Gamma y cofundador de Contact Press Images. Su trabajo cobró otra dimensión con la concesión del premio World Press Photo en 1980 por la instantánea de una mujer camboyana con su hija en brazos esperando en una cola de comida en un campo de refugiados.

Reportero polifacético, ha cubierto todos los juegos olímpicos de verano desde 1984, así como los de invierno de Salt Lake City (2002) y Sochi (2014). Este verano estará en Río de Janeiro tomando imágenes con el equipo del Comité Olímpico Internacional.

¿Cómo se definiría como fotógrafo?

Pienso en mí como reportero gráfico, alguien que trata de contar historias para aquellos que no pueden verlas por sí mismos.

Con su cámara ha cubierto todo tipo de acontecimientos. ¿De dónde le viene su pasión olímpica?

Siempre me ha gustado el deporte, el desafío de tratar de detener el tiempo durante un instante. Algunas disciplinas son más difíciles que otras; el fútbol es imposible, pero como fotógrafo cada deporte te da la oportunidad de pensar e imaginar dónde quieres estar, qué quieres ver y tratar de hacerlo de la forma correcta.

"Los Juegos Olímpicos dan al fotógrafo un regalo, la posibilidad de ver lo mejor"

Hay una tensión que acompaña a cada evento olímpico: se busca al mejor del mundo compitiendo contra otros. Eso significa que el nivel de juego es muy alto. Te da una especie de regalo, ver lo mejor. Pero, al mismo tiempo, esas dos semanas son casi como un Juegos Olímpicos Fotográficos, los mejores fotógrafos del mundo cubriendo a los mejores atletas del mundo. Todos sentimos la presión, el deseo de hacerlo lo mejor posible.

¿Cuáles son a su juicio las disciplinas más fotogénicas?

Me encanta el atletismo, la esgrima y el buceo.

¿De qué Juegos tiene mejor recuerdo?

A veces son los acontecimientos más simples los que se convierten en las mejores imágenes. En algunos casos, ver la reacción de los atletas al final de sus pruebas es tan emocionante y estimulante como verlos en el momento de máximo esfuerzo. Las carreras de relevos en atletismo son siempre un drama, tanto para bien si hay victoria como para mal si hay derrota, pero habrá grandes fotos. Sólo te tienes que anticipar y esperar estar en el lugar correcto.

¿Qué cambios ha apreciado en el mundo del deporte desde que empezó?

La llegada de video-cámaras de alta definición y a cámara lenta en cada esquina significa que la televisión tiene un punto de vista que no existía hace años. Se puede diseccionar cada movimiento y mostrar al espectador lo que ha ocurrido de una manera muy llamativa. Esto crea al fotógrafo la necesidad de hacer algo distinto, quizá mirando desde un ángulo o posición totalmente nuevo y diferente.

¿Qué busca en una fotografía en un gran evento deportivo de este tipo?

Trato de buscar una historia que contar que es quizás menos obvia que simplemente la medalla de oro en señal de triunfo. Sólo hay un medallista de oro pero hay muchos competidores, por lo que hay docenas de historias esperando a ser contadas.

Una de sus fotografías más famosas es la que tomó en Los Ángeles 1984 a Mary Decker en el momento de su caída. ¿Qué recuerdos tiene de ese momento?

Era la prueba más esperada de los Juegos de 1984 y, debido a la absoluta improbabilidad de que sucediera un accidente, cuando pasó fue mucho más que un shock. Yo me acababa de colocar en el lugar correcto, e hice una fotografía de lo que había delante de mí. Fue algo que no se podía planificar. Cuando el mundo se pone en tu camino, intenta captarlo.

Usted realiza un ritual especial el último sábado de cada JJ.OO. ¿Repetirá en Brasil?

El sábado por la noche, al final de la última de las pruebas de atletismo, antes de que se prepare el estadio para la ceremonia de clausura, doy una vuelta por la pista corriendo. No lo hago por nadie, sólo por mí, para recordarme a mí mismo que sólo soy otro fotógrafo viendo un gran escenario, y una vuelta a la pista me recuerda que los atletas, también, son simplemente seres humanos.



En su libro publicado a finales de 2015, Burnett cede todo el protagonismo a deportistas anónimos. En sus instantáneas no se identifica a ninguno, ni siquiera se ve el resultado del esfuerzo. Captura el segundo final, el que por sí solo representa los años de entrenamiento y el sacrificio de las y los atletas.



Perfil:

- **Una ciudad para vivir:** San Casciano dei Bagni, Italia
- **Un lugar para descansar:** San Casciano dei Bagni, Italia
- **Último libro leído:** 'The Murrow Boys' de Stanley Cloud y Lynne Olson, la historia de Edward R. Murrow y los corresponsales de la radio CBS en la Segunda Guerra Mundial
- **Una película:** 'The Big Short' (La gran apuesta) de Adam McKay
- **Deportista que admire:** Daley Thompson, especialista en decatión y campeón olímpico en Moscú (1980) y Los Ángeles (1984)



ondo egina! / ¡bien hecho!

Chacrinha auzoa Rioko favelarik ezagunenetako bat da. Han bizi dira 15.000 pertsona, egunero-egunero pobrezia eta bortizkeria maila eutsiezinean. Hantxe sortu zen Miratus, kirol eta gizarte proiektu bat; azken hamar urte honetan, favelako milaka gazteri irteera pertsonal eta profesionala ematen saiatzen dihardu.

MIRATUS

BÁDMINTON A RITMO DE SAMBA,

UNA OPORTUNIDAD DE ORO PARA SALIR DE LA FAVELA



Los juegos olímpicos de este verano acercarán Brasil a los hogares de todo el mundo. Sus playas, paisajes y turísticas ciudades inundarán de color nuestras televisiones y nos permitirán conocer un poquito más de cerca el país carioca. Esta alegre realidad convive, sin embargo, con otra mucho menos amable pero también típicamente brasileña: la de las favelas. Río de Janeiro es una de las ciudades brasileñas con mayor aglomeración de favelas, unos precarios asentamientos que ocupan grandes extensiones de terreno, y carecen de infraestructuras y servicios básicos, así como de los más elementales equipamientos sociales.

El barrio de Chacrinha es una de las favelas más conocidas de Río. En ella 15.000 personas conviven a diario con niveles insostenibles de pobreza y violencia. Allí surgió Miratus, un proyecto deportivo y social que trata de proporcionar desde hace más de una década una salida personal y profesional a miles de jóvenes del asentamiento.

La iniciativa nació del esfuerzo de Sebastian Oliveira, residente de esta pobre comunidad, que utilizó todos sus ahorros para comenzar la construcción de zonas deportivas y centros sociales y sanitarios dentro de la propia favela. Su más que complicado objetivo: reducir las altas tasas de abandono escolar y la delincuencia y las drogas entre las y los más pequeños.

Oliveira, profesor de educación física y entrenador de bádminton, ha conseguido sacar adelante su propósito de que todas/os las/os niñas/os desfavorecidas/os, independientemente de su color, nacionalidad o religión, tengan las mismas oportunidades para demostrar sus capacidades.

El eje de todo el proyecto, que acoge en la actualidad a casi 200 chicas y chicos, es un deporte minoritario pero muy conocido en Brasil, el bádminton. Su elección se basa en que es una actividad altamente socializadora, que reúne todos los aspectos de un deporte recreativo. Además, puede ser practicada por mujeres y hombres de cualquier franja de edad, incluso de forma simultánea.

También tuvieron en cuenta que rara vez causa una lesión o presenta riesgos para los participantes, no tiene contraindicaciones y es recomendable como deporte recreativo para las niñas y niños más pequeños, de entre 4 y 6 años, y como deporte competitivo a partir de los 7.

Asimismo, en la práctica de deportes como el bádminton, la altura y fuerza física de las jugadoras y jugadores no son los factores decisivos para el éxito. Cuentan más la táctica, agilidad, resistencia o velocidad.



FORMAN PARTE DE MIRATUS



Menores y jóvenes en situación de riesgo social, provenientes de la red pública de educación y con interés por el deporte



Han desarrollado su propia técnica llamada 'Bamon', que utiliza la samba como base de los entrenamientos, ya que consideran que les ayuda a tener una mayor flexibilidad y juego de cintura, algo esencial en la práctica de esta disciplina deportiva.

Los ejes estratégicos de la organización son múltiples desde el punto de vista social: poner en valor a monitoras y monitores y profesoras y profesores de educación física para lograr un mayor desarrollo del deporte en Río de Janeiro, ampliar las opciones de trabajo al mayor número de jóvenes de la comunidad y crear mecanismos de integración entre jóvenes de diferente origen.

También los objetivos desde el ámbito deportivo son ambiciosos: aumentar el número de jóvenes atletas en el circuito nacional, formar debidamente a las y los atletas pertenecientes al equipo olímpico brasileño y prepararlos para diferentes campeonatos. En este aspecto, el proyecto ha conseguido numerosos éxitos, 22 títulos panamericanos y 64 medallas en esta competición entre 2006 y 2013, así como el premio Brasil Olímpico en 2011, uno de los reconocimientos deportivos más importantes del país.

Entre sus aspiraciones inmediatas se encuentra contribuir al medallero brasileño en los próximos JJ.OO. de verano. ¡Calidad no les falta!



zoom

Trischa Zorn

“He aprendido cuáles son mis límites; lo que puedo y no puedo hacer. Pero como deportista, creo que puedo hacer lo mismo que los demás porque quiero hacerlo... o hacerlo mejor. Algunas personas se sorprenden porque puedo nadar... pero sólo porque sea discapacitada no significa que no pueda competir o hacer todo lo que un cuerpo es capaz de hacer”.

SUMMERTIME!

UDA2016VERANO



EKINTZEN EGITARAU
PROGRAMA DE ACTIVIDADES



Estadio
Vital Fundazioa



2016KO UDAKO EGUTEGIA CALENDARIO VERANO 2016



EKAINA · JUNIO	L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3	4
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	24	26

UZTAILA · JULIO	L	M	X	J	V	S	D
						1	2
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24

ABUZTUA · AGOSTO	L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28

IRAILA · SEPTIEMBRE	L	M	X	J	V	S	D
					1	2	3
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25

Kanpoko igerilekuen irekiera (Eka/4). Maiatzaren 2tik, 12etatik 19etara, Familiaren igerilekua irekita. **Apertura piscinas descubiertas (4/Jun). Piscina familiar abierta desde 2/May de 12 a 19 h**

Ez dago ikastarorik. Ezta saio solterik ere (Uzt/25 eta Abu/15) **No hay cursos, ni sesiones sueltas (25/Jul y 15/Ago)**

Igerileku estalia –aldagelak barne-, Gimnasio eta Boulderra itxita, urteroko berrikustea egiteko (Abu/1-15) **Piscina cubierta –incl. vestuarios-, Gimnasio y Boulder cerrados por revisión anual (1-15/Ago)**

Sauna eta lurrin bainua itxita, urteroko berrikustea egiteko (Abu/15-21) **Sauna y baño de vapor cerrados por revisión anual (15-21/Ago)**

Kanpoko igerilekuen itxia (Ira/11). Irailaren 29ra arte, 12etatik 19etara, Familiaren igerilekua irekita. **Cierre piscinas descubiertas (11/Sep). Piscina familiar abierta de 12 a 19 h hasta 29/Sep**

Gazteen igerilekua –aldagelak barne- itxita, berrikustea egiteko (Abu/16-30) **Piscina juvenil –y vestuarios- cerrada por revisión anual (16-30/Sep)**

Estadio itxita (Ira/30) **Estadio cerrado (30/Sep)**

UDAKO AGENDA AGENDA DE VERANO

Eka/Jun	4	Memorial Nuria Sanchiz de natación (Piscina cubierta, 9 a 14'30 y de 15'30 a 20'30 h)
	13-26	Open Estadio de tenis 'José Luis Moro'
	15	Excursión playera
	18	Salida de senderismo: Travesía de Lokiz
	25-26	Travesía por montaña: 'Senda de Camille' 3ª etapa: Lescun-Somport
Uzt/Jul	25	BTT Vital Extrem
	5	Exhibición y master class de natación sincronizada
	6	Torneo social de bádminton
	7	Torneo social de tenis de mesa
	10	Triathlon full & half de Vitoria-Gasteiz

	12-14	Jazz en Estadio con la 'B3dixieland' (18 h)
	17	Torneo élite Estadio de paleta cuero: 2ªs semifinales de 10 a 14 h
	18-22	Torneo social de frontenis individual –frontón-
	20	Concurso de saltos trampolín. Apertura plataforma 10 m. (17 h)
	24	Torneo élite Estadio de paleta cuero: finales de 10 a 14 h
Abu/Ago	26-29	Torneo social de frontenis parejas –trinquete-
Ira/Sep	3	Fiesta infantil (a partir de las 11 h. Recomendada para menores de 13 años)
	6	Exhibición saltos de trampolín (13.30 h)
		Master class saltos de trampolín (12 h)
	30	Fin plazo Concurso foto digital y móvil

ELKARTEKO TXAPELKETAK TORNEOS SOCIALES

Si prefieres recuperar el sano espíritu del deporte y, con tu cuadrilla o amistades, participar en los torneos sociales veraniegos, apúntate antes de la fecha límite. El espectáculo de deportividad y los premios están asegurados. Este es el calendario:

	Ekintza Modalidad	Maila Categoría	Adina Edad	Izena ematea Inscripción	Txapelketa Datak Fechas Torneo	
	Bádminton (1)	Todas	+8	V1/Jul	X6/Jul	
	Frontenis (2)	Individual	+14	V8/Jul	L18-V22/Jul	
		Parejas			M26-V29/Jul	
	Salto Trampolín (3)	Todas	+11	M19/Jul	X20/Jul	
	Tenis de Mesa (3)	Todas	+11	M5/Jul	J7/Jul	

(1) Inscripciones en tcjakintza@fundacionestadio.com (2) Inscripciones en zidorrapt@fundacionestadio.com (3) Inscripciones en Recepción

IZENA EMATEAK INSCRIPCIONES

La inscripción a las actividades del Programa de Verano es **sólo para personas abonadas** a la Fundación Estadio Fundazioa y empezarán los días:

- Para la **ESCUELA NATACIÓN**, el M10/May de 14 a 19 h sólo por teléfono 945130223 (5 líneas abiertas) y, a partir del día siguiente, en la oficina del C.N. Judizmendi de LaV de 17.30 a 19.30 h hasta completar las plazas.
- Para las **ESCUELAS PÁDEL/TENIS, TENIS ADULTOS y BODYPÁDEL®**, el X11/May de 14 a 19 h sólo por teléfono 945140577 (2 líneas abiertas) y, a partir del día siguiente, en la oficina del T.C. Jakintza de LaJ de 18 a 19.30 h hasta completar las plazas.
- Para **ACTIVIDADES y CURSOS INFANTILES/JUVENILES** –Bádminton, Colonias Jolastokia, Escuela y Colonias de triatlón, Kirola Euskaraz, Paddle surf, Pati-

naje en línea infantil, Saltos de trampolín, Sport & English y Surf-, el J12/May a partir de las 10 h sólo por teléfono 945131345 (6 líneas abiertas) y, a partir de las 13.30 h también en Recepción en su horario ordinario y en Estadio online hasta completar las plazas.

- Para el **RESTO DE CURSOS**, el M7/Jun a partir de las 10 h sólo por teléfono 945131345 (6 líneas abiertas) y, a partir de las 13.30 h también en Recepción en su horario ordinario y en Estadio online.

Admitiremos un máximo de tres inscripciones por llamada. A la hora de inscribirte, para agilizar el trámite, recuerda tu número de abonada/o. Apuntaremos en **Lista de espera** en cada actividad/horario a las personas que no hayan podido realizar la inscripción deseada. En caso de quedar vacantes te avisaremos para formalizar la inscripción. Si quedasen plazas disponibles, podrá abrirse la inscripción a personas no abonadas que tramiten, antes en Recepción, el pase temporal correspondiente.

NO HAREMOS DEVOLUCIONES NI CANJES EN CASO DE ABANDONAR LA ACTIVIDAD UNA VEZ INICIADA, O SI ANTES DE 5 DÍAS DE LA FECHA DE INICIO DE LA ACTIVIDAD NO NOS COMUNICAS LA BAJA. PODREMOS SUSPENDER ALGÚN CURSO, SESIÓN SUELTA O ACTIVIDAD EN CASO DE NO COMPLETARSE EL GRUPO CON EL 50% DE LAS PLAZAS OFERTADAS.

Jardueren arauak Normas actividades

Ten en cuenta **ser puntual** para empezar y acabar las sesiones a la hora; acudir con el **vestuario, calzado y equipamiento adecuados** –toalla, botellín, gorro y chancletas, raqueta, pala, patines, protecciones...- y **sin móvil; seguir las indicaciones** de las/os instructoras/es; y **asistir con regularidad**.

Mediku azterketak / Reconocimientos médicos: Antes de iniciarte en la práctica de ejercicio físico conoce tu condición física, cómo se comporta tu organismo durante el ejercicio y qué actividad física te conviene más. Si has decidido practicar algún deporte para mejorar tu salud, y en especial si tienes más de 35 años, toma precauciones. **¡Te recomendamos hacerte un reconocimiento médico!**

Aseguraa / Seguro: Si haces deporte, te exposes más a sufrir accidentes que una persona que no lo hace y un seguro deportivo te facilitará las cosas. Así que, si eres deportista habitual, te recomendamos que te federes.

EKINTZAK ACTIVIDADES (+INFO EN FUNDACIONESTADIO.COM)

- ABDOMINALES Y ESTIRAMIENTOS:** Fortalece tu musculatura abdominal de forma segura y efectiva y mantén un buen nivel de flexibilidad para mejorar tu condición física.
- AQUAGYM:** Acondicionamiento y mantenimiento físico en grupo y con música aprovechando las condiciones que ofrece en agua.
- AQUATONIC:** Tonifica tu cuerpo por completo con una actividad sencilla y de intensidad media con la seguridad de hacerlo en el agua.
- BÁDMINTON:** Iníciate en este rápido y divertido deporte de raqueta con el que aprenderás a controlar e impulsar el volante. ¡Te enganchará!
- BERRIA · BODYBALANCE®:** Mejora tu flexibilidad, fuerza y equilibrio combinando lo mejor del yoga, tai chi y pilates. En sesiones sueltas para cuando puedas y te apetezca.
- NUEVO · BODYPÁDEL®:** Basado en los movimientos técnicos del pádel, en grupo y con música, te ayudará a mejorar tu técnica individual y tu condición física en la pista.
- BODYPUMP®:** La forma más divertida y efectiva de tonificar tu musculatura en grupo, con música... ¡anímate!
- BODYSTEP®:** Movimientos fáciles de seguir y buena música para tonificar y definir tu musculatura y quemar calorías.
- BOXING:** Una combinación de boxeo y técnicas de golpeo. ¡Entrenamiento intenso no apto para corazones débiles!
- BUCEO:** Disfruta, con seguridad, del placer de bucear y descubre la increíble belleza del mundo submarino lleno de posibilidades. **BERRIA · Curso de reciclaje –J9/Jun-: Si hiciste un curso de buceo hace tiempo y necesitas refrescar tus conocimientos.**
- CIRCUIT:** Una forma eficaz y eficiente de tonificar tu cuerpo en compañía. En 30' o 45' estarás lista/o para la ducha.
- COLONIAS JOLASTOKIA:** Para potenciar su juego y motricidad durante las vacaciones ¡Diversión asegurada! **Del 22 al 24/Jun; 1 y 2/Sep; y del 5 al 7/Sep.**
- CXWORX®:** Entrenamiento funcional, rápido y preciso. Una revolucionaria forma de entrenar el core -abdomen, oblicuos y espalda baja-. Fortalece y tonifica tu cuerpo con buena música. ¡Te ayudará a estar más fuerte para tu día a día!
- ENTRENAMIENTO FUNCIONAL:** La combinación perfecta, intensa, divertida y eficaz para tu entrenamiento 360º: trabajo cardiovascular, tonificación y flexibilidad empleando múltiples materiales. Cada sesión, un reto diferente.
- ESCUELA DE ESPALDA:** Consigue una espalda sana para ser más activa/o con menor riesgo de lesión o dolor con un programa completo, estructurado y funcional.
- ESCUELA DE HALTEROFILIA:** Conoce este deporte completo y bonito de la mano del C. Indarra H. Vital y desarrolla tu fuerza hasta el límite.
- ESCUELA DE NATACIÓN:** Con la colaboración técnica del C.N. Judizmendi, a partir de los 5 años, nivel a nivel, adquirirá las habilidades acuáticas que le permitan desenvolverse y divertirse en el agua y utilizar la natación a lo largo de su vida. +info: cnjudizmendi.com
- ESCUELAS DE PADEL Y TENIS:** Con la experiencia del T.C. Jakintza llegará a dominar los golpes básicos para desenvolverse bien en la pista. + info: jakintza.es
- ESCUELA DE TRIATLÓN:** Si sabes nadar y te gusta correr y andar en bici, prueba el triatlón. Te enseñaremos a dosificarte y disfrutarlo. Colonias en Orio: Aprende los secretos del

- triatlón de la mano de los mejores: técnica, transiciones, disciplinas... y actividades lúdicas en el entorno natural de Orio. El último día –V2/Sep- con triatlón txiki y parrillada final.
- ESPECIAL EMBARAZADAS PRE Y POST-PARTO:** Prepara el parto y facilita tu recuperación posterior con un programa de ejercicio seguro y eficaz adaptado a las necesidades de cada ciclo de gestación.
- EUSKAL PILOTA CAMPUSA:** De la mano del Zidorra P.T. las y los niños de 8 a 12 años descubrirán todas las modalidades de pelota... ¡y mucho más!
- GAP:** Trabaja tus glúteos, abdominales y piernas para fortalecerlos, tonificarlos y... reducir las grasas que acumulan por un estilo de vida sedentario.
- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:** Esencial para conservar un cuerpo ágil y sano. Con ejercicios a tu medida comprobarás cómo mejoras en unos meses. En verano en grupos femeninos y mixtos.
- KIROLA EUSKARAZ:** Pasárselo bien jugando y haciendo deporte en Euskera es el objetivo de este programa para niñas y niños nacidos entre 2008 y 2012. **NUEVO · Opción de servicio de custodia desde las 8'15 h y de comedor hasta las 15'30 h.**
- MATRONATACIÓN:** Para la adaptación y familiarización del bebé al agua haciendo que sea para él un lugar seguro y divertido.
- NATACIÓN:** Para todas las edades y para aprender, mejorar o mantenerse en forma nadando tenemos un programa completo y mucha experiencia. **Con grupos +65, e intensivos en julio.**
- PÁDEL:** Aprende lo básico y mejora para disfrutar de un juego divertido que te enganchará desde el primer día.
- BERRIA · PADDLE SURF:** Aprende a deslizarte por el agua sobre una tabla y con ayuda de un remo como lo hacían ya en Polinesia. Ideal para disfrutar más del mar, lagos o ríos este verano.
- PATINAJE EN LÍNEA:** Tanto si sabes como si no, ven a tomar unas clases para disfrutar más de este divertido deporte. **Grupo de adultos en sesiones por las calles de Vitoria-Gasteiz.**
- RUNNING FEMENINO:** Correr de forma regular es una de las mejores formas de mejorar tu salud. Nosotras te enseñaremos cómo hacerlo y en compañía para que te animes a correr las pruebas 5K o más. **Grupos de mañana y tarde.**
- SALTOS DE TRAMPOLÍN:** Aprende a saltar del trampolín del Estadio, mejor y con seguridad.
- SPINNING:** Si pensabas que entrenar en bici estática era aburrido, ven y verás. Con la música marcando el ritmo descubrirás una manera efectiva de ponerte en forma. Toalla obligatoria.
- SPORT & ENGLISH:** Una forma divertida de hacer deporte y, a la vez, aprender inglés. Para niñas y niños nacidos entre 2004 y 2008. **NUEVO · Opción de servicio de custodia desde las 8'15 h y de comedor hasta las 15'30 h.**
- SURF:** Aprende a coger olas y surfear en el mar en la increíble playa "La Salvaje" de Sopelana y descubre un deporte lleno de posibilidades en nuestras costas. Desplazamientos incluidos.
- TENIS:** Haz algo más que mirar. Seas quien seas, juegos como juegos, tengas la edad que tengas, juega a tenis.
- ZUMBA®:** Ponte en forma y diviértete bailando con las canciones más actuales. Es eficaz y fácil de seguir. ¡Prueba la nueva fiesta del fitness! **Con grupos de mañana y tarde.**

Kirol Eskolak Escuelas Deportivas

Con la colaboración técnica de:



IKASTARO, SAIO SOLTE ETA EKINTZAK⁽¹⁾

CURSOS, SESIONES SUELTAS Y ACTIVIDADES⁽¹⁾

EKINTZA (Saioaren iraupena) Helburua ACTIVIDAD (Duración sesión) Objetivo		ADINA EDAD	DATAK FECHAS	EGUNAK DÍAS	ORDUTEGIAK HORARIOS	€ ⁽²⁾	INSTALAZIOA INSTALACIÓN	OHARRAK NOTAS
ABDOMINALES Y ESTIRAMIENTOS (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX MJ	18'30 9'30	29.5/26	Gimnasio Tanis	
AQUAGYM (45') <i>Mantenimiento físico</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	9	29.5/26	P. Enseñanza	(17)
AQUATONIC (45') <i>Mantenimiento físico</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	MJ	20	29.5/26	P. Enseñanza	(17)
BÁDMINTON (45') <i>Iniciación</i>		8-15	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	17'30	29.5	Polideportivo	(8)(13)
BODYBALANCE® (50') <i>Mantenimiento físico</i>	BERRIA	+16	1-31/Jul 19-30/Sep	M X	19'30 10, 20'30	3.5/3	Tanis	(3)
BODYPÁDEL® (50') <i>Iniciación</i>	BERRIA	+16	1-31/Jul 1-30/Sep	LX MJ	11 16'30, 20'30	29.5/26	Gimnasio	(6)(13)
BODYPUMP® (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul 19-30/Sep	L X	9'30, 20'30 19	3.5/3	Tanis	(3)
BODYSTEP® (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul 19-30/Sep	J L M J	7'10, 14, 19'30 19 20'30 18'30	3.5/3	Tanis	(3)
BOXING (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul	MJ	19'30	36/29.5	Entrenamiento funcional	
BUCEO (3.5 h) <i>Iniciación</i>		+12	13-19/Jun 27/Jun-3/Jul 11-17/Jul 18-24/Jul 12-18/Sep		19	290	Biblioteca y P. Trampolín	(4)(5)(16)
RECICLAJE EN BUCEO (3.5 h)	NUEVO	+12	9/Jun	J	19	50	Biblioteca y P. Trampolín	(22)
CIRCUIT <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	19'30 7'10	26/21 36/29.5	Circuit	
COLONIAS JOLASTOKIA (4.5 h) <i>Juego matriz</i>		3-8	22-24/Jun 1-2/Sep 5-7/Sep		9	48 32 48	Jolastokia y Estadio	EUS
CXWORX® (30') <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul 19-30/Sep	L M X	10'30, 20 19 7'10, 9'30, 20	2/1.5	Tanis	(3)
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+18	1-31/Jul	LX	19'30	29.5/26	Entrenamiento funcional	
ESCUELA ESPALDA (50') <i>Mantenimiento físico y rehabilitación</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	MJ	7'10, 9, 10, 18'30	29.5/26	Escuela espalda	
ESCUELA DE TRIATLÓN (1 h) <i>Iniciación al triatlón</i>		9-12 13-16	1-31/Jul	MJ LXV	12	26 36	Estadio y exteriores	(5)(8)(16)
COLONIAS EN ORIO		9-16	29/Ago-2/Sep	LaV	Todo el día	205	Orio (Gipuzkoa)	(5)(16)(21) EUS
ESPECIAL EMBARAZADAS <i>Mantenimiento físico</i>								
Pre-parto (50')		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	19'30 18	36 42.5	Escuela espalda	(18)
EUSKAL PILOTA CAMPUSA (4 h) <i>Iniciación a la pelota vasca</i>		8-12	4-8/Jul	LaV	9'30	50	Trinquete y exteriores	(8)(13)(20) EUS
GAP (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+16	1-31/Jul 1-30/Sep	LX MJ	16'30, 20 9'30	29.5/26	Gimnasio	
GIMNASIA MANTENIMIENTO (50') <i>Mantenimiento físico</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	10 8	29.5/26	Gimnasio	
KIROLA EUSKARAZ (4.5 h) <i>Multi-deporte infantil en euskera</i>			27/Jun-1/Jul 4-8/Jul			85		
BERRIA Opción servicio custodia y comedor		4-8	11-15/Jul 18-22/Jul 26-29/Jul	LaV	9'15	70	Jolastokia y Estadio	(23) EUS
MATRONATACIÓN (30') <i>Adaptación y familiarización al agua</i>		6-24 m.	1-31/Jul 1-30/Sep	V	12'45 11	26	P. Enseñanza	(8)(9)
NATACIÓN (45') Nivel 1 <i>Iniciación</i>		+12	1-31/Jul	LX MJ LXV	20 8, 13'30 7'10, 9	36/29.5 42.5/36	P. 25 m	(8)(14)
			29/Ago-30/Sep	LX MJ LXV	20 8, 13'30 7'10, 9, 12'45	36/29.5 42.5/36		

EKINTZA (Saioaren iraupena) Helburua ACTIVIDAD (Duración sesión) Objetivo		ADINA EDAD	DATAK FECHAS	EGUNAK DÍAS	ORDUTEGIAK HORARIOS	€ ⁽²⁾	INSTALAZIOA INSTALACIÓN	OHARRAK NOTAS
Nivel 2		+12	1-31/Jul	LX MJ	20'45 7'10, 9	36/29.5		
			1-30/Sep	LXV LX	8, 9'45, 11'45, 13'30 20'45	42.5/36		
			29/Ago-30/Sep	MJ LXV	7'10, 9, 11, 12'45 8, 9'45, 11'45, 13'30	36/29.5 42.5/36	P. 25 m	(8)(14)
Intensivo (Nivel 1-2) Especial jóvenes Iniciación y/o perfeccionamiento		+12	1-31/Jul	LaJ	12'45	44.5/40.5		
+65 Iniciación, perfeccionamiento y/o mantenimiento físico		+65	1-31/Jul 29/Ago-30/Sep	MJ	9'45, 11'45	29		
PÁDEL (50') Nivel 1 <i>Iniciación</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	10, 19'30, 20'30	47/42	Pádel 3 y 4	(13)
Nivel 2			1-31/Jul 1-30/Sep	MJ	10, 19'30, 20'30			(14)
PADDLE SURF (1.5 h) <i>Iniciación</i>	BERRIA	+12	22-23/Jun 6-7/Jul	X y J	9	35/30	P. Trampolín	(5)(13)
PATINAJE EN LÍNEA <i>Iniciación</i> Infantil (50')		6-14	1-31/Jul 1-30/Sep	MJ MJ	17, 18 18	26	Polideportivo	(8)(15) EUS
Juvenil-Adultos (1.5 h)		+15	1-31/Jul	MJ	19'15	29.5/26	Exteriores	(5)(15)
RUNNING FEMENINO <i>Iniciación, mantenimiento y/o entrenamiento en carrera</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX	10, 19'30 19'30	29.5/26 36/29.5	Exteriores	(5)
SALTOS DE TRAMPOLIN (1.5 h) <i>Iniciación</i> SPINNING (50') <i>Mantenimiento físico</i>		8-15	27/Jun-1/Jul	LaV L M	11'30 19, 20'30 7'10, 14, 19'30	29.5	P. Trampolín y Gimnasio	(5)(8)(16)(19)
		+16	1-31/Jul 19-30/Sep	X J V	19, 20'30 19'30 10, 14	4/3.5	Spinning	(3)
SPORT & ENGLISH (5 h) <i>Actividad física y deporte en inglés</i>		8-12	27/Jun-1/Jul 4-8/Jul	LaV	9	95	S. Cumpleaños y Estadio	(23) ENG
NUEVO Opción servicio custodia y comedor			11-15/Jul 18-22/Jul 26-29/Jul			75		
SURF (6 h) <i>Iniciación y/o perfeccionamiento</i>		13-18	27/Jun-1/Jul	LaV	9	255	Sopelana (Bizkaia)	(5)(16) EUS
TENIS (50') <i>Iniciación y/o perfeccionamiento</i>		+18	1-31/Jul 1-30/Sep	LX MJ	15'30, 19'30	47/42	Tenis 2	(6)(13)(14)
ZUMBA® (50') <i>Mantenimiento físico y baile</i>		+16	1-31/Jul 1-30/Sep	MJ	10'30, 18, 19	29.5/26	Gimnasio	

KIROL ESKOLAK / ESCUELAS DEPORTIVAS – C. INDARRA H. VITAL, C.N. JUDIZMENDI y T.C. JAKINTZA-								
EKINTZA (Saioaren iraupena) Helburua ACTIVIDAD (Duración sesión) Objetivo		ADINA EDAD	DATAK FECHAS	EGUNAK DÍAS	ORDUTEGIAK HORARIOS	€ ⁽²⁾	INSTALAZIOA INSTALACIÓN	OHARRAK NOTAS
ESCUELA DE HALTEROFILIA (75') <i>Iniciación</i>		+14	1-31/Jul 1-30/Sep	LXV(S)	18(10'30)	Gratuito	Pesas	(7)(8) EUS
ESCUELA DE NATACIÓN Txikis (30') <i>Familiarización con el agua</i>		2-3	21/Jun-7/Jul 12-28/Jul 16/Ago-1/Sep	MJ	11'30, 17'45 12'15, 17'45 18'15	36	P. Enseñanza	(8)(9)(10) EUS
		4	6-22/Sep 20/Jun-8/Jul 11-29/Jul 17/Ago-2/Sep	LXV	18'05 11'30, 17'45 12'15, 17'45 18'15	44	P. Enseñanza	(8)(10)(14) EUS
		5-12	5-23/Sep 20/Jun-8/Jul	LaV	18'05 10, 10'45, 11'30, 16'15, 17, 17'40, 18'30, 19'15	49.5	P. Enseñanza o P. Juvenil/P. 25 m	(8)(10)(11)(12) (14) EUS
Alevines-Loinas (40') <i>Iniciación y/o perfeccionamiento</i>		5-12	11-29/Jul 16/Ago-2/Sep 5-23/Sep	LaV	16'45, 17'30, 18'50 17'20, 18'40, 19'20			
Nivel 8 (40') <i>Perfeccionamiento</i>		5-12	20/Jun-8/Jul 11-29/Jul 5-23/Sep	LaV	17'45 18	49.5	P. 25 m	(8)(10)(14) EUS
ESCUELA DE PÁDEL (40') Nivel 1 <i>Iniciación</i>		8-12	20/Jun-7/Jul 11-28/Jul 5-22/Sep	LaJ	18'10 11, 18'10 18'10	54	Pádel 3	(6)(8)(13) EUS
Juvenil		13-18	20/Jun-7/Jul 11-28/Jul 5-22/Sep	LaJ	17'30 11'40, 17'30 17'30			
Nivel 2 Juvenil		13-18	20/Jun-7/Jul 11-28/Jul 5-22/Sep	LaJ	18'50 12'20, 18'50 18'50	63.5		(6)(8)(14) EUS

NUEVO

BERRIA

EKINTZA (Saioaren iraupena) Helburua ACTIVIDAD (Duración sesión) Objetivo		ADINA EDAD	DATAK FECHAS	EGUNAK DÍAS	ORDUTEGIAK HORARIOS	€ ⁽²⁾	INSTALAZIOA INSTALACIÓN	OHARRAK NOTAS	
Intensivo (3 h) Nivel 1 <i>Iniciación</i>		8-16	20-23/Jun	LaJ	16'30	65	Pádel 4	(6)(8)(13)	
			4-7/Jul		10, 16'30				
			18-21/Jul		16'30				
		Nivel 2	8-16	5-8/Sep	LaJ	16'30		75	(6)(8)(14)
				27-30/Jun		16'30			
				11-14/Jul		11, 16'30			
26-28/Jul	16'30								
12-15/Sep	16'30								
ESCUELA DE TENIS (45')									
Nivel 1 <i>Iniciación</i> Infantil		4-5	11-29/Jul	LaV	11'30, 17'15	79	Tenis 2	(6)(8)	
			5-23/Sep		17'30, 18'15		Squash 1 y 2		
		6-10	11-29/Jul		12'15, 18		Tenis 2		
			5-23/Sep		17'30		Tenis 2		
Nivel 2 Infantil-Juvenil		8-10	11-29/Jul	LaV	10'45, 16'30, 18'45	94	Tenis 2	(6)(8)(14)	
		10-18	11-29/Jul		10, 13		Tenis 2		
			5-23/Sep		18'15		Tenis 2		
Intensivo (3 h) Nivel 1 <i>Iniciación</i>		8-16	27/Jun-1/Jul	LaV	10, 16'30	75	Tenis 3	(6)(8)	
			4-8/Jul				Tenis 2		
			11-15/Jul				Tenis 3		
			26-29/Jul				Tenis 3		
			12-16/Sep				16'30		
		Nivel 2	8-16	27/Jun-1/Jul	LaV	10, 16'30	85	Tenis 2	(6)(8)(14)
4-8/Jul	Tenis 3								
18-22/Jul	Tenis 3								
5-9/Sep	16'30								
¡CONOCE ESTADIO ONLINE! Como persona abonada puedes reservar tu pista o sesión de masaje, inscribirte a una sesión de spinning, a cualquier curso o actividad y renovarla, conocer tus reservas hechas o accesos al Estadio, actualizar tus datos... y, con el tiempo, mucho más. Desde cualquier navegador, 365 días al año y 24 horas al día. Date de alta en este e-servicio.									

OHARRAK NOTAS

(1) Podremos suspender algún curso, sesión suelta o actividad en caso de no completarse el grupo suficiente -50% plazas ofertadas. Si una vez hecha la reserva la persona inscrita no pudiera realizar el curso, deberá avisar 5 días antes de la fecha de inicio. En caso contrario, no devolveremos ni canjearemos el importe.

Las nuevas inscripciones sólo para Septiembre, para cursos ofertados también en Julio, se deberán realizar a partir del M26/Jul.

(2) El precio indicado es por mes o sesión suelta por persona o persona adulta/persona mayor de 60 o menor de 18 años.

(3) El precio indicado es por sesión por persona adulta/persona mayor de 60 o menor de 22 años. Inscripciones en Estadio online entre 6 y 1 h antes de la sesión, o desde 15' antes en la sala de spinning o sala Fitness. Plazas limitadas. A partir de 1/Oct nueva programación Temporada 16/17 Denboraldia.

(4) Los cursos se realizan en el Estadio de LaV con salida al Mar Cantábrico el SyD – traslados no incluidos. Más información en Recepción o en Araba Sub -m. 629937367. El precio para personas no abonadas a la F. Estadio F. es de 330 € y 60 € para el curso de reciclaje.

(5) La actividad se realiza en instalaciones al aire libre -en ningún caso suspenderemos o recuperaremos las sesiones por causas meteorológicas.

(6) Las inscripciones para las Escuelas de pádel/tenis, tenis adultos y BodyPádel® se realizan el X11/May. Más información en apartado 'Izena emateak Inscripciones'. Horario de oficina T.C. Jakintza de LaJ de 18 a 19'30 h –cerrada en agosto-.

(7) Para participar, pásate por la sala de pesas y aprenderás con el C. Indarra H. Vital.

(8) La persona no abonada acompañante de la cursillista deberá abonar en Recepción –el primer día de clase- el pase temporal correspondiente.

(9) Para favorecer la adaptación y el aprendizaje, es necesario que la madre, padre o persona de confianza participe en las sesiones en el agua.

(10) Las inscripciones para la Escuela de natación se realizan el M10/May. Más información en apartado 'Izena emateak Inscripciones'. Horario de oficina C.N. Judizmendi de LaV de 17'30 a 19'30 h –cerrada en agosto-.

(11) Los horarios en *cursiva* dedicados sólo para cursillistas en nivel de perfeccionamiento.

(12) En la 2ª quincena de septiembre, los horarios o instalación podrán sufrir modificaciones.

(13) Te facilitaremos el material.

(14) Para favorecer la dinámica de las clases, para inscribirse en niveles superiores es necesario haber superado el nivel anterior. **Bajo nuestro criterio técnico podremos relocalar a cursillistas de un nivel, días u horario a otro.**

(15) Es imprescindible que traigas tus propios patines y, por seguridad, casco y protecciones.

(16) Es imprescindible saber nadar bien -50 m. libres sin apoyo.

(17) Te hará falta traer gorro y te vendrán muy bien unos calcetines de goma.

(18) Tendrán prioridad en la inscripción las cursillistas inscritas en el mes de junio de la Temporada 15/16 Denboraldia.

(19) Es imprescindible que traigas ropa deportiva para practicar en el gimnasio y aconsejable un neopreno.

(20) Inscripciones hasta el V1/Jul en la oficina del Zidorra P.T., por teléfono 945131345 –ext. 114-, en el m. 657705983 o en zidorrapt@fundacionestadio.com. Plazas limitadas.

(21) Inscripciones hasta el V27/May o hasta completar las plazas. Estancia en pensión completa en el Albergue Txurruka de Orio (Gipuzkoa). Transporte de regreso –V2/Sep- no incluido.

(22) Para buceadores certificados.

(23) Con opciones de servicio de custodia desde las 8'15 h -20 €/semana- y de comedor -55 €/semana- hasta las 15'30 h.

 Posibilidad de clases en euskera. Si te interesa, dínoslo.

 Clases en inglés.

 Actividad apta para personas con discapacidad, + info en fundacionestadio.com

AISIALDI JARDUERAK JOLASTOKIA COLONIAS

El funcionamiento normal de Jolastokia finaliza el D19/Jun para volver con nueva programación el S1/Oct. En verano, **del X22 al V24/Jun; el J1 y V2/Sep; y del L5 al X7/Sep**, vuelven las colonias para niñas y niños nacidas/os entre 2008 y 2013 en horario de 9 a 13.30 h y con un programa de actividades completísimo, almuerzo saludable incluido.

ARGAZKI DIGITALA ETA MOBILEKO LEHIAKETA CONCURSO FOTO DIGITAL Y MÓVIL

¡Más de 1.000 € en premios! Sólo te hace falta una cámara de fotos digital o el móvil y algo de afición. **Con la colaboración de Foto Ikatz y de la Sociedad Fotográfica Alavesa** queremos recoger las mejores imágenes del Estadio este verano. Sube tu mejor foto a la página de Fundación Estadio en Facebook **entre el 10 y el 30/Sep** y opta a algunos de los estupendos premios del Jurado. Si prefieres optar al premio especial por votación del público, sube tus fotos entre el 1/Jun y el 30/Sep para verse, votarse y poder ganar otros premios. ¡Animate y atrévete a participar! Bases y +info: fundacionestadio.com

FITNESS ZERBITZUA SERVICIO FITNESS

Ahora con WiFi y pronto con Vitale –tu entrenador personal online. Ten en cuenta el horario especial de **agosto** de LaV de 7 a 21.30 h, S de 8 a 14 h y D/F/P cerrado y durante las **fiestas de La Blanca** –J4, L8 y M9 de 9 a 14 h. **Hasta el D31/Jul y a partir del J1/Sep** el horario será el normal –laborables de 7 a 21.30 h, fines de semana, festivos y puentes hasta las 14 h. Recuerda: “sin toalla, no entrenas”.

Seguiremos con sesiones sueltas -hasta el V29/Jul y a partir del L19/Sep- de bodybalance®, bodypump®, bodystep®, cxworx® y spinning en horarios de mañana, mediodía y tarde para personas abonadas y no abonadas del Servicio Fitness, hasta que empecemos la Temporada 16/17 Denboraldia el S1/Oct.

KIROLA EUSKARAZ

Pasárselo bien jugando y haciendo deporte en euskera es el objetivo de este programa para niñas y niños nacidas/os entre 2008 y 2012. Hemos organizado 5 semanas de LaV: **del L27/Jun al V1/Jul, del L4 al V8/Jul, del L11 al V15/Jul, del L18 al V22/Jul y del M26 al V29/Jul**. De 9'15 a 13'45 h, la mañana se les pasará volando jugando en euskera con almuerzo saludable incluido. Los monitores están titulados en actividad física y euskera. **Este año con opciones de servicio de custodia desde las 8'15 h -20 €/semana- y de comedor -55 €/semana- hasta las 15'30 h**. Plazas limitadas.

EUSKAL PILOTA CAMPUSA CAMPUS PELOTA VASCA

Para que conozcas todas las modalidades de pelota -cesta punta, paleta argentina, paleta goma y pelota mano- y lo pases bien jugando en el trinquete, el Zidorra P.T. ha organizado un campus **del 4 al 8/Jul para de 9'30 a 13'30 h para chicas y chicos entre 8 y 12 años**.

UDAKO OSTALARITZA HOSTELERÍA DE VERANO

Este año dispones de los siguientes puntos: **Cafetería** –disfruta del fresco para desayunos, aperitivos, bocadillos fríos y cafés- **hasta las 21.50 h; Restaurante** para una buena comida 'ideal para las grandes ocasiones'; **Buffet de 13 a 16 h** –fórmula rápida al aire libre ideal para platos sueltos y raciones-; **Bocatería de 13 a 19 h** para tus bocadillos calientes; **Kiosko de 12.30 a 20.30 h** –servicio de aperitivo, refrescos, snacks y helados-; **Estadio trena de 11 a 20.30 h** –surtido de refrescos, helados, txutxes, snacks y bollería-; vending en cada edificio y comedores pic-nic exteriores. Como norma, en la Cafetería siempre con calzado y el torso cubierto y, en el Restaurante además, con la ropa seca –entre 1/Jun y 30/Sep sólo para personas abonadas-. Te aconsejamos que evites las horas punta, seas paciente y respetuosa/o, pidas vajilla desechable para exteriores y que no ocupes los comedores pic-nic.

EGUTEGIA ETA ORDUTEGIAK CALENDARIO Y HORARIOS

PISCINAS:

- **Exteriores –familiar, infantil y trampolín-**: del S4/Jun al D11/Sep de 10 a 21.30 h –piscina infantil de 10.30 a 21 h. La piscina familiar abrirá del L2/May al V3/Jun y del L12 al J29/Sep de 12 a 19 h.
- **Cubierta**: de LaV de 7 a 21.30 h, S de 8 a 21.30 h y D/F –Jul- de 8 a 15 h. **Del L1 al L15/Ago cerrada por revisión anual**.

De conformidad con la LOPD, te informamos que tus datos personales serán incorporados a los ficheros de la Fundación Estadio (Paseo Cervantes nº 20. 01007 Vitoria-Gasteiz), con el fin de prestarte adecuadamente los servicios solicitados y proporcionarte una atención personalizada mediante la realización de encuestas de opinión y satisfacción orientadas al estudio y mejora de nuestra oferta de servicios. Consientes expresamente que tus datos personales sean cedidos a las fundaciones de Vital (que pueden consultarse en cajavital.es) y a aquellas entidades públicas o privadas que resulten imprescindibles para el desarrollo y cumplimiento de la relación que te vincula a nosotros o cuando ello sea obligatorio para cumplir con las obligaciones legales que en cada caso resulten de aplicación, y siempre con todas las garantías previstas en la legislación. Deberás mantener actualizados dichos datos, informando puntualmente a la Fundación de cualquier cambio que en los mismos se produzca. Consientes expresamente tu aparición en los reportajes gráficos que la Fundación realiza de las actividades que gestiona y/o coordina tanto dentro como fuera del Estadio y que dichos reportajes sean publicados en medios de difusión general y, en particular, en su fundacionestadio.com, su revista y su programa de actividades, así como en otros medios, electrónicos o no, asociados a la Fundación (Youtube, Vimeo...). De la misma forma, consientes que las imágenes sean cedidas por la Fundación Estadio a aquellas organizaciones y/o particulares que tengan un interés legítimo en su tratamiento. Salvo que nos indiques lo contrario en el momento de la inscripción, también utilizaremos tus datos personales para mantenerte informado de todos nuestros servicios, noticias, agendas... y para remitirte, incluso por medios electrónicos, información promocional adaptada a tus necesidades y preferencias. Te informamos de la posibilidad de ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante el responsable del fichero (Fundación Estadio, Paseo Cervantes nº 20. 01007 Vitoria-Gasteiz) remitiendo por correo o entregando en la sede de la Fundación una solicitud con la siguiente información: nombre y apellidos, domicilio, petición, copia de su DNI, fecha y firma.

NOTA GENERAL: Si lo consideramos necesario podremos modificar el presente programa. Para mantenerte al día de las actividades de este verano mira las pantallas LCD. Mejor si visitas fundacionestadio.com y nos sigues en RSS  Facebook  y Twitter  y te suscribes a Estadio 



MUSIKA ESTADION MÚSICA EN EL ESTADIO

Desde mediados de Junio hasta finales de Julio, en función de la meteorología, amenizaremos con música en directo de grupos locales la campa de la piscina del Trampolín. Si tienes tu grupo o conoces alguno y te gustaría que tocara, envía la maqueta a aitor@fundacionestadio.com

SPORT & ENGLISH

Para niñas y niños nacidas/os entre 2004 y 2008, que quieran hacer deporte aprendiendo inglés hemos organizado 5 semanas de LaV: **del L27/Jun al V1/Jul, del L4 al V8/Jul, del L11 al V15/Jul, del L18 al V22/Jul y del M26 al V29/Jul**. De 9 a 14 h, cada día haremos más de 3 horas de deporte en inglés y una hora de clase para afianzar todo lo aprendido. Las/os monitoras/es están tituladas/os en actividad física e inglés y, a media mañana, haremos un descanso para reponer fuerzas con un almuerzo saludable. **Este año con opciones de servicio de custodia desde las 8'15 h -20 €/semana- y de comedor -55 €/semana- hasta las 15'30 h**. Plazas limitadas.

SURF

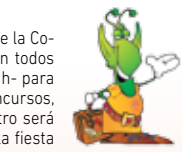
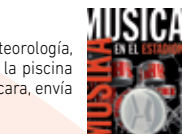
Si tienes entre 13 y 18 años y sabes nadar, en la semana **del L27/Jun al V1/Jul** iremos a aprender a coger olas y surfear. De LaV de 9 a 15 h con dos horas de clase de surf y otra de juegos en la playa con monitores titulados en "la Salvaje" de Sopelana. El neopreno, las tablas y el transporte lo ponemos nosotros. ¡Ven a surfear con tus colegas! Plazas limitadas. El precio para personas no abonadas a la Fundación es de 295 €.

TRIATLOI UDALEKUAK COLONIAS DE TRIATLÓN

Para niñas y niños nacidas/os entre 2000 y 2007, si sabes nadar y andar en bici, en la semana **del L29/Ago al V2/Sep** pasaremos toda la semana en Orio aprendiendo y disfrutando del triatlón y de multitud de actividades y sorpresas que remataremos con un triatlón txiki. Alojamiento, pensión completa, transporte de ida, triatlón, actividades,... en euskera y por un precio formidable ¡Prueba el triatlón! Plazas limitadas. El precio para personas no abonadas a la Fundación es de 240 €.

UDALEKU IREKIA COLONIA ABIERTA

'Naturaren Zaindaria' – Guardianes de la Naturaleza' será el tema de la Colonia Abierta que quiere descubrirte el valor del juego para crecer en todos los sentidos **entre el L20/Jun y el V29/Jul** –de LaV de 16.30 a 18.30 h- para niñas y niños entre 4 y 8 años. Será una actividad llena de talleres, concursos, fiestas, juegos... Es un programa gratuito y nuestro punto de encuentro será el Jolastokia –aforo limitado a 45 niñas/os- donde ¡te esperamos en la fiesta de bienvenida!





“Ikasi dut zein diren nire mugak; zer egin dezakedan, eta zer ez dezakedan egin. Baina, kirolaria naizen aldetik, uste dut egin nahi dudalako egin dezakedala beste edonork egiten duen adina... edo hobeto. Batzuk harritu egiten dira igeri egin dezakedalako... baina desgaitua izateak ez du esan nahi ezin naizela lehiatu edo ezin dudala gorputz batek egin dezakeen guztia egin”.



Perfil

Esta nadadora norteamericana de 52 años, ciega de nacimiento, es la mejor deportista en la historia del deporte paralímpico. Cuenta en su haber con 41 medallas de oro, 9 de plata y 5 de bronce (55 en total), conseguidas en los siete Juegos que van de 1980 a 2004. Como Phelps, dominaba las pruebas de estilos, demostrando que la versatilidad no tiene límites. En la actualidad, se dedica a la educación de niñas y niños de 8 a 10 años con necesidades especiales.

“I’ve learned what my limits are; what I can and can’t do. But as an athlete, I think I can do what everyone else can do because I want to do it... or do it better. Some people are so amazed that I can swim... but just because you’re handicapped doesn’t mean you can’t compete or do what the able body can do”.



HIDROCONTROL
TRATAMIENTO Y
DEPURACIÓN DE AGUAS

Joan den urtarilean, Iñigo Fz. Líger gasteiztar suhiltzaileak hiru aste eman zituen Greziako Quios uhartean. Han jo eta su laguntzen aritu zen, egoera dramatikoan kausetik eta gerratik ihes egiteko itsasoratuta Turkiatik etorritako hamarnaka iheslari erreskatzeko lanetan. Itsas Salbamendu Humanitarioaren deiari erantzun zion; izan ere, Euskal Herriko gobernu kanpoko erakunde horrek drama hartan laguntzen dihardu. Iñigok egiaztatu duenez, han «jende asko on handia egiten ari da».

Cuando 3 kilómetros separan el caos de la esperanza

Montar en un ferry para cruzar los apenas tres kilómetros que separan Turquía de la isla griega de Quios a través el mar Egeo cuesta unos veinte dólares si compras billete de ida y vuelta. Pero esto sólo se puede hacer si dispones de visado. Si lo que pretendes hacer es huir del horror y la miseria de un país devastado por la guerra la cosa cambia. Necesitarás entre 400 y 1.000 € por persona para pagar unos centímetros cuadrados en un bote en el que irás hacinado junto a decenas de refugiados. El precio varía en función de la calidad de la lancha, la pericia de quien la dirija y las condiciones de la mar. Cuanto peor sea todo, más barato será el peaje a pagar, aunque muchos también pagan con su propia vida.

Todo esto lo ha visto con sus ojos Iñigo Fz. Líger, bombero vitoriano que el pasado mes de enero respondió a la llamada desesperada de la ONG vasca Salvamento Marítimo Humanitario (SMH). El punto de partida fue la conocidísima foto del cadáver del pequeño Aylan en una playa. “Me dio un vuelco cuando la vi”, reconoce. Poco después oyó que SMH necesitaba con urgencia patrones de rescate o socorristas acuáticos para tratar de salvar las vidas de la gente que, desesperada, se hace a la mar. No se lo pensó. Pidió vacaciones, pagó de su bolsillo un billete de avión y se fue a echar una mano. “Hay familias completas, con niños y ancianos, muchos profesionales preparados, médicos, arquitectos, gente que habla idiomas que sólo busca dar una vida digna a los suyos fuera de su país, en Europa”, explica. Trámites burocráticos aparte, porque nada es fácil ni siquiera cuando quieres ayudar, las tres semanas

que pasó allí las recuerda con mucha dureza. “El primer día te pones ya a trabajar, así que teníamos que señalar el terreno para no perdernos”, recuerda. “Tienes la sensación de estar en la tercera guerra mundial. No tienes horario, estás las 24 horas disponible y, como en la guerra, el enemigo ataca al amanecer o al atardecer”. El shock cultural y la diversidad de idiomas tampoco ayuda, aunque todo se suple con buena voluntad. A pesar de que Quios no es Lesbos, en enero recibían una media de seis botes diarios, los rescates eran mucho más complicados de lo que puede parecer. Al frío y la humedad se sumaba el cansancio de quienes venían en los botes. “Este viaje es la última etapa para llegar a Europa. Muchos han caminado cientos de kilómetros por las montañas, han sido torturados, amputados”, añade, así que muchos al llegar a tierra firme y saberse de alguna manera a salvo hasta pierden la consciencia.

“Todos tenemos la capacidad de ayudar”

Allí hay mucho que hacer. No sólo vigilar la posible salida de botes para estar alerta y poder rescatarlos, sino que hay toda una logística preparada para atenderlos de la mejor manera posible. Unos se ocupan de tener ropa seca organizada para poder proporcionársela. Otros de recoger las prendas mojadas que se quitan y dejarlas listas para la llegada de otros refugiados. Hay quien se ocupa de darles un primer alimento caliente cuando llegan exhaustos, de darles aliento y un poco de comprensión. Es un caos en el que personal de salvamento, sanitarios y voluntarios de todo tipo tratan de poner orden y lógica donde no la hay. “La noche se nos hacía un mundo.



Había días en los que pasábamos veinte horas con el neopreno puesto mojado”, asegura Iñigo. El frío y la impotencia de “no poder hacer tanto como quisieras” es lo peor que se ha traído de vuelta. “Lo mejor, saber que hay mucha gente haciendo mucho bien”, añade. En su mente se agolpan muchos nombres de voluntarios, tanto de Salvamento Marítimo Humanitario como de otras organizaciones: Tula, la enlace entre las ONGs y las autoridades griegas; Borja Olabeaskoetxea, un tipo que “ha sacado a mucha gente del mar y ha gestionado cinco policías”; Lía, una estudiante de medicina alemana que en 48 horas logró un avión medicalizado; Iker Tapia, bombero como él en Vitoria-Gasteiz; Jon Arrieta, Iñigo Mijangos; Isabel, la doctora; Greg, un cocinero americano que lleva un año ayudando... Ellos son las caras visibles de la ayuda, pero “sólo somos la punta del iceberg”, reitera. “Para que nosotros podamos ir allí, hay mucha



gente que está aquí recolectando ropa, vendiendo pulseras o camisetas como Leire.... Nosotros somos los privilegiados que hacemos el trabajo de campo”. Y a pesar de tener cierta experiencia en situaciones de rescate, Iñigo reconoce que la vuelta a casa no fue fácil. “Te marca porque es una vida muy diferente, pero está muy cerca de la nuestra”, afirma con convencimiento. Abrumado por un protagonismo que no cree merecer, concluye con un llamamiento: **“todos tenemos la capacidad de ayudar sólo por estar donde estamos. Somos unos privilegiados”.**



Salvamento Marítimo Humanitario

salvamentomaritimohumanitario.org

DONACIONES

#Cuenta
ES92 3035 0235 22 2350038982



Ordutegia / Horario Estadio:
Lunes a viernes de 7 a 22 h.
Sábados, domingos y festivos de 8 a 22 h.
Cerrado: 1 enero, último viernes de septiembre (V30/Sep) y 25 diciembre.

KONTAKTUAK / CONTACTOS:
Harrera gunea / Recepción:
Lunes a viernes de 9 a 20.30 h.
Sábados, domingos y festivos cerrada.
Horario especial agosto: L a V de 9 a 15 h.
945131345 (ext. 132 y/o 134)
repcion@fundacionestadio.com

Aktibitateak / Actividades:
945131345 (ext. 122)
aitor@fundacionestadio.com

Idazkaritza / Administración:
945132285 (ext. 131)
joseangel@fundacionestadio.com

Zuzendaritza / Dirección:
945134315 (ext. 111)
mikel@fundacionestadio.com

Igeriketa Eskola / Escuela de natación:
Lunes a viernes de 17.30 a 19.30 h.
945130223 (ext. 118)
cnjudizmendi@fundacionestadio.com

Padel/teniseko Eskola / Escuela de pádel/tenis:
Lunes a jueves de 18 a 19.30 h.
945140577 (ext. 113)
tcjakintza@fundacionestadio.com

Fitness:
945142742 (ext. 124)
fitness@fundacionestadio.com

Ostalaritza / Hostelería:
945130673 (ext. 101)
hosteleria@fundacionestadio.com

Mantentzelana / Mantenimiento:
945131345 (ext. 127)
miguelangel@fundacionestadio.com

Ostalaritza
Estadio
Hostelería

Hostelería de verano

Llega el buen tiempo y con él se multiplican las actividades al aire libre. El equipo de hostelería se ha estado preparando para poder ofrecerte el mejor servicio tanto en la cafetería y el restaurante, como en la nueva plaza del buffet de verano, el tren y el kiosko junto a la piscina.

La cafetería y el restaurante ofrecen un ambiente fresco para tus desayunos, aperitivos y una buena comida. El buffet de verano, abierto de 13 a 16 h, es la mejor opción para tomar platos sueltos o raciones al aire libre, pero si lo que te apetece es uno de nuestros bocadillos calientes, acércate a la bodega de 13 a 19 h. Además, contamos con el asador de pollos, de 13 a 21 h.

El kiosko cercano a las piscinas familiar e infantil –abierto de 12.30 a 20.30 h los días de Piscina– para el aperitivo, refrescos, snacks y helados y en el nuevo Estadio trena, abierto de 11 a 20.30 h, encontrarás un surtido de refrescos, helados, txutxes, snacks y bollería.

Nosotros ya estamos listos..., ahora solo falta que el tiempo acompañe.



Pásate a la tarjeta verde



Para entrar y salir del Estadio necesitas utilizar tu tarjeta personal e intransferible. ¡Recuerda que sin ella no se puede acceder al recinto! Ya son mayoría las personas abonadas que, desde su implantación en 2009, se han pasado a la tarjeta de proximidad (de color verde), sustituyendo a la anterior de chip. Es mucho más cómoda –basta con ponerla cerca del lector, incluso sin tener que sacarla de la cartera– y reduce los problemas de mantenimiento de los tornos. Son sólo 2 € y la emisión se realiza al momento. ¡Vale la pena! Gracias por tu colaboración.

En la piscina, el bañador adecuado

Una piscina no es como el mar o el pantano y para el baño en las piscinas del Estadio recomendamos usar un bañador ajustado: bañador, bikini..., para ella y slip, boxer..., para él. Si usas bermudas o 'boardshorts', por higiene no lleves ropa interior debajo. Para poder nadar con neopreno la temperatura del agua debe ser inferior a 21° C, o estar cerrada la piscina cubierta.



No ruedes en el Estadio



Nos encanta que vengas al Estadio a pie, en bici o patinando, pero para evitar accidentes dentro del recinto no circules en patinete o skate. Si vienes en bici, desmonta y utiliza los soportes para aparcarla y si lo haces con patines, cambia los rollers por zapatillas. Si vienes al Estadio en skate o scooter puedes practicar tus trucos en la skate plaza pero, fuera de ella, lleva tu patín en la mano o guárdalo en la taquilla y aparca tu scooter con comodidad en los soportes junto a la entrada, para no tener que cargar con él dentro del Estadio.

En el Estadio tus hijas/os son tu responsabilidad

Si vienes al Estadio con niñas o niños pequeños, no los descuides, en especial cuando se bañen o estén cerca de las piscinas. Recuerda que son tu responsabilidad.

No tomes imágenes sin autorización

No está permitido tomar imágenes en los vestuarios –si tienes que usar el teléfono, hazlo fuera– y tampoco en el resto del Estadio sin autorización de las personas fotografiadas o grabadas o de la Fundación.



Stop robos en el Estadio



En el Estadio, como en otros centros deportivos y en especial en verano, se producen robos y contar con tu colaboración es muy importante para prevenirlos. No descuides tus pertenencias, utiliza las taquillas o armarios y si observas alguna actitud sospechosa, infórmanos. Entre todos acabaremos con los 'cacos'.

Si viajas, no te pares



Si tienes previsto viajar este verano te recordamos que mantenemos convenios de reciprocidad con otros centros deportivos que te permiten utilizar sus instalaciones y seguir haciendo ejercicio fuera de Vitoria-Gasteiz. Descubre los programas IHRSA Passport, con más de 3.000 clubes en todo el mundo, y Pasaporte ACEDYR, con cerca de 50 clubes en España. Actualiza tus acreditaciones 2016 en Recepción antes de salir y disfrútalos.

Ayúdanos a disfrutar del Estadio

Para muchos de nosotros verano significa Estadio y es la época en que más nos gusta disfrutarlo. Además de cumplir las normas de uso de las instalaciones así como las indicaciones del personal y de hacer agradable la estancia de los demás, te damos las gracias por echarnos una mano usando las papeletas, contenedores selectivos y ceniceros y por usar el agua con cabeza. Por favor, educa también a los tuyos en la convivencia.

Equipo de socorristas

El equipo de socorristas del verano 2016 formado por Adrián, Aitor, Aroa, Jon, Gaizka, Garazi, Iker, Koldo, Lara y Pablo ya está listo y en su puesto desde el S4/Jun. Se trata de un equipo con experiencia que, junto con las y los socorristas de todo el año en las piscinas cubiertas, velará para prevenir accidentes y que se cumplan las normas de las piscinas. También prestarán los primeros auxilios cuando sea necesario. Por favor, ayúdales en su trabajo respetando sus indicaciones en todo momento para que las piscinas del Estadio sean, de nuevo, agradables y seguras.



Utiliza las taquillas



Para mantener el Estadio ordenado, evitar caídas y prevenir posibles sustracciones, en especial si traes objetos de valor, deposita tus prendas en las taquillas de los vestuarios. Funcionan con una moneda de 1 € y deben quedar vacías al final del día. Además, tienes a tu disposición armarios de alquiler anual para dejar tus raquetas, balones, neceser, chanclas... y tener las cosas a mano sin tener que cargar con ellas cada vez que vienes al Estadio.

Sin toalla, no entrenas...

En el Estadio es necesario entrenar con toalla por razones de higiene, para prevenir contagios y por un mejor mantenimiento. Y al acabar, debes limpiar y secar la máquina. Es una norma que ya conoces pero en verano nos ponemos más serios, sobre todo, en el servicio fitness. Muchas gracias por tu comprensión y colaboración.



CLUB ARABATXO DE GIMNASIA

Enfilamos el período competitivo

En esta etapa afrontamos con ilusión, fuerza y dosis de mimo y preparación el período competitivo del Club Arabatxo Gimnasia. Es el momento de mostrar las enseñanzas adquiridas y ponerlas sobre el tapiz para su evaluación.

La etapa competitiva se inició en marzo con la disputa del Trofeo Ciudad de Vitoria-Gasteiz al que se acercaron deportistas de todo el Estado. Una vez más, las y los deportistas del Arabatxo brillaron y coparon puestos en el podio. Supuso la primera prueba para conocer el estado de los aprendizajes. Al torneo gasteiztarra le siguieron el Torneo R.G.C. Covadonga (Gijón) y el Villa de Móstoles, con buenas sensaciones y premios para nuestras y nuestros gimnastas.

En mayo seguimos con el Trofeo Amaya en Pamplona, el Cto. España de clubes en Valladolid con presencia de 2 equipos masculinos y por primera vez de uno femenino y, a final de mes, el Cto. Euskadi de todas las categorías, donde nos jugamos la clasificación para los Estatales individuales del mes de julio en Guadalajara.

En junio, el Torneo Flip-Flap, el encuentro R.G.C. Covadonga – C. Arabatxo G. y el Salt cerrarán un período lleno de actividad.

Fuera del rigor competitivo no nos olvidamos de la celebración de la fiesta fin de curso, en la que tomarán parte los más de 150 deportistas inscritos en nuestras actividades. Y antes del cierre de la temporada, la última semana de junio y la primera quincena de julio, disfrutaremos de una nueva edición de nuestro Campus de Gimnasia. Actividades lúdico-gimnásticas con las que divertiremos en la época estival.



Club Arabatxo Gimnasia
info@clubarabatxo.es
clubarabatxo.es

CLUB NATACIÓN JUDIZMENDI

Vuelve la travesía al embalse Ullibarri-Ganboa

Por fin esta temporada, después de mucho tiempo con el proyecto en 'stand by', el C. N. Judizmendi, en colaboración con el Club Náutico de Vitoria, vuelve a organizar la travesía al embalse de Ullibarri-Ganboa. Este maravilloso entorno natural acogerá el D17/Jul por la mañana a unos 350 deportistas que se darán cita para nadar los 750 m del recorrido infantil y adaptado y los 2.500 m de la versión adulta. Es un nuevo reto que afrontamos con mucha ilusión y con la esperanza de que tenga tan buena acogida y crítica como el ya consolidado Cto. Euskalherria de natación de verano. Este año se celebra el S25 y D26/Jun y vuelve con novedades: más tomas en el streaming, campana para récords..., que podréis disfrutar en la piscina cubierta de Mendizorrotza.

¡No hay excusa para perderselas!



Club Natación Judizmendi
LaV de 17.30 a 19.30 h.
945130223/ext.118. Agosto cerrado
cnjudizmendi@fundacionestadio.com
cnjudizmendi.com

TENIS CLUB JAKINTZA

III Memorial José Luis Moro

Parte del equipo de pádel sub 16 femenino –Gabriella Jones, Elia Winand, Esther Sebastián y Clara Oquiñena– disputó el pasado mes de abril en las instalaciones de La Peña Vitoriana T.C. la prueba para representar a Araba/Álava en los juegos escolares de Euskadi. Esther y Clara se alzaron con la victoria y pasaron a la fase de mayo.

En tenis, mayo y junio son meses cargados de competiciones y actividades para los equipos alevín e infantil tanto masculino como femenino, poniendo a prueba el nivel técnico y físico trabajado durante la temporada. ¡Buena suerte!

Os recordamos la cita con el Open Fundación Estadio 'III Memorial José Luis Moro' que se celebrará del 13 al 26/Jun, y en el que volveremos a contar, como en años anteriores, con jugadores de ranking como Roberto Menéndez.



Tenis Club Jakintza
LaJ de 18 a 19.30 h.
945140577/ext.113. Agosto cerrado
tcjakintza@fundacionestadio.com
jakintza.es

ZIDORRA PILOTA TALDEA

Gran jornada de deporte y recreo

El pasado 10 de abril, el Zidorra P.T. celebró su gran día de hermanamiento en la cancha y en la mesa. Durante toda la mañana, pelotaris y miembros del club disfrutaron de grandes partidos de pelota, con participación de algunos de los grandes representantes del club en los torneos provinciales y en el GRAVNI 2016. Nos reunimos un buen número de personas: los más pequeños, las chicas y chicos y representantes de distintas modalidades, los más avezados y los que menos tiempo llevan metidos en el trinquete, quienes están empezando y quienes llevan media vida en el frontón.

Luego, en torno a una mesa bien surtida, disfrutaron de la comida y la conversación junto al presidente del Club, Alberto Arrizabalaga, y la directiva, antiguos directivos y presidentes de clubes amigos.

La mejor conclusión de la jornada: la pelota es competición y también vehículo de unión y excusa para modelar el futuro de las y los jóvenes, es una magnífica manera de pasar el tiempo, de mantenerse en forma y de buscar la manera de competir en el deporte y en la vida, desde el esfuerzo y el sacrificio, pero sin dejar de disfrutar nunca.



Zidorra Pilota Taldea
945131345/ext. 114
zidorrapt@fundacionestadio.com

CLUB INDARRA HALTEROFILIA VITAL

Oros para Koldo e Iñigo en los Ctos. Euskadi S-17 y Junior

Durante estos últimos meses hemos desarrollado una destacada actividad. En febrero disputamos en Zarautz la 1ª Liga de Euskadi Cadetes-Promesas. Araba/Álava consiguió el primer puesto seguida de navarros, guipuzcoanos y vizcaínos. El combinado alavés estuvo conformado íntegramente por miembros del C. Indarra H. Vital: Koldo Joaquín, Iñigo Da Silva, Mikel Legaristi y David Henao. David consiguió la medalla de oro en la clasificación individual y tanto él como Koldo mejoraron sus registros personales en una excelente competición.

En la 2ª Liga de Euskadi Promesas, disputada el 9/Abr en la Rochapea de Pamplona, la selección alavesa volvió a alzarse con el triunfo manteniendo la primera posición en la clasificación anual de Euskadi. En la clasificación individual, Koldo y David consiguieron la segunda y tercera plaza. Los campeonatos de Euskadi Sub17 y Junior reunieron el 16/Abr en el P. Anaitasuna de Pamplona a los levantadores más destacados. Koldo Galiano consiguió el primer lugar en la categoría de 56 kg, y su marca le proclamó campeón de Euskadi absoluto de todas las categorías del Sub17. Por su parte, Iñigo Da Silva se proclamó campeón de Euskadi en categoría de 85 kg, quedando también campeón de Euskadi absoluto de todas las categorías junior. Ambos levantadores mejoraron sus registros personales –como David Henao, que consiguió la segunda plaza en la categoría de 77 kg– y superaron las mínimas para los campeonatos estatales.

El 23/Abr disputamos en el C.C. Sansomendi la final del Trofeo San Prudencio. Araba/Álava consiguió la victoria con buenas actuaciones de Víctor Pedroi y Jon Olabuenaga del Indarra. También destacaron Joana Joaquín y el veterano Martín Rodríguez.



Club Indarra Vital

+ info en:
fundacionestadio.com sección Clubes

¿Cuándo comenzasteis a jugar al fútbol?

Nerea: Llevamos jugando al fútbol desde que tenemos uso de razón, siempre lo hemos hecho hasta que a los 7 años encontramos un club en el que aceptaban chicas. A pesar de que mi madre nos apuntó a todos los deportes posibles, nosotras seguíamos empeñadas, y nos daba igual que dijeran que era un deporte de chicos.

Leire: Después de probar varios deportes al final nos decantamos por el fútbol, que era lo que realmente nos gustaba. Mi madre se dio cuenta que ni unos patines, ni un balón de baloncesto ni una raqueta de tenis nos hacían tan felices.

¿Qué sentisteis cuando os aceptaron a las dos juntas para ir a Estados Unidos?

N: Nos advirtieron de que sería muy difícil que nos aceptaran a las dos en la misma universidad, así que la sensación de felicidad que sentimos cuando recibimos la noticia es inexplicable. Sabíamos que sería una experiencia muy dura, y tenernos la una a la otra lo facilitaba mucho más.

L: Yo no pude reaccionar hasta estar en mi cuarto a 8.000 kilómetros de distancia de casa. Te vienen muchas cosas a la cabeza: la familia, tu equipo, tus amigos, el idioma, la distancia... pero creo que la felicidad de cumplir un sueño es lo que mejor definiría esa sensación. Sobre todo irte con tu hermana gemela, alguien con quien no necesito hablar para entendernos.

¿Qué se siente al jugar al soccer en un país en el que las chicas mandan?

N: El soccer aquí es muy diferente a España, pero no sólo la forma de jugar, sobre todo por el ambiente. En España van a verte tus padres y algún amigo, aquí viene toda la universidad, y en partidos de equipos profesionales el ambiente es muy parecido a uno de primera división en España.

L: Te sientes parte de algo que de verdad es valorado por la gente. Sales al campo y antes de cada partido suena el himno nacional y, aunque no sea tu país, sabes que estás defendiéndolo en ese momento y se te ponen los pelos de punta.

El curso que ahora finaliza ha supuesto el bautismo americano de Leire y Nerea Beitia. Son dos hermanas gasteizarras que han sido becadas por el Missouri Valley College para estudiar una carrera universitaria y jugar al fútbol, al soccer como es conocido allí. Al término del primer curso hacen balance de la experiencia y desgranar sus impresiones.

Leire y Nerea Beitia FÚTBOL



El sueño americano

Orain amaitzen den ikasturtean ekin diote Leire eta Nerea Beitiak Ameriketako bideari. Gasteizko bi ahizpa dira, eta beka lortu zuten Missouri Valley College ikastetxean, unibertsitate-ikasketak egiteko eta futboleko jokatzeko (han, soccer esaten diote kirol horri). Lehen ikasturtea amaitu dutela, euren esperientziaren balantzea egin dute, eta euren iritzia azaldu dizkigute.

¿Cómo es vuestro día a día en Missouri?

N: El año se divide en dos semestres muy diferentes: *fall* (otoño), entre agosto y diciembre y que es cuando competimos, y *spring* (primavera), de enero a mayo y sin temporada. En *fall* por las mañanas teníamos clase, por las tardes entrenábamos dos horas, y durante la semana teníamos uno o dos partidos y el fin de semana otro que podían ser en casa o fuera. En *spring*, en cambio, entrenamos tres o cuatro días a la semana con mucha menos intensidad y jugamos un partido amistoso.

L: Entre la universidad, los entrenamientos, los partidos y trabajar en la cafetería no tienes mucho tiempo. Pero la universidad es pequeña, es como una familia y normalmente es una rutina muy bonita.

¿Qué tal estáis compaginando la práctica deportiva con los estudios universitarios?

N: Muy bien porque nos ponen muchas facilidades. En *fall*, al tener menos tiempo

libre, escogemos asignaturas de menor dificultad, y en *spring* cogemos las más complicadas. Pero los profesores entienden que juguemos y que haya clases a las que faltamos, y si tenemos algún examen nos lo ponen otro día.

L: Depende de la parte del año en la que estés, pero el primer año no tienes muchas clases porque es adaptación. En cualquier caso, te dan todas las facilidades.

¿Qué tal ha ido la temporada?

N: La suerte no estuvo de mi parte y me lesioné en el primer partido de liga. Como es tan corta, a pesar de ser tan intensa, no jugué.

L: Ha sido muy buena porque batimos el récord de victorias que había desde hace muchos años.

¿Creéis que en España las mujeres podrán algún día ser profesionales jugando al fútbol?

N: Ahora mismo es muy complicado, la desigualdad que hay es enorme. Pero es verdad que el fútbol femenino se ha desarrollado mucho. Ahora podemos competir en ligas femeninas, jugar en equipos solo de chicas, y hace 15 años era impensable.

L: Todavía queda un largo camino. Estamos evolucionando, y espero que acabemos ganado esta batalla, pero queda muchísimo trabajo.

¿Qué opináis de esa desigualdad?

N: Es un claro ejemplo del mundo machista en el que vivimos. Nos fuimos a Estados Unidos por muchas razones, aprender inglés y estudiar fuera fueron las principales. Pero otra fue porque no queríamos dejar el fútbol. Así que solo espero que en un futu-

ro las mujeres no tengan que irse tan lejos para tener una oportunidad.

L: Es injusta, pero define a la perfección la sociedad en la que vivimos.

¿Cuándo venís al Estadio, qué instalaciones frecuentáis más?

N: Solemos estar en la piscina de trampolines, nos gusta también el solárium y pasar la tarde en el tren.

L: Hace un año la biblioteca, pero desde que era pequeña la piscina de trampolines, las pistas de tenis y el campo de fútbol han sido nuestros lugares.



Puedes ver la entrevista a Leire y Nerea en fundacionestadio.com

perfil



● **Un rincón de Vitoria-Gasteiz:**
N: La Florida / **L:** La Sureña del centro

● **Una película:**
N: 'Siete almas' de G. Muccino / **L:** 'Pearl Harbour' de Michael Bay

● **Un libro:**
N y L: 'Martes con mi viejo profesor' de Mitch Albom

● **Una manía en el deporte:**
N: Entrar al campo antes de un partido con el pie izquierdo, porque soy zurda / **L:** Rezar antes y después de cada partido

● **Otro deporte:**
N y L: Esquí

● **Un lugar de vacaciones:**
N y L: Marbella



DEPORTE Y GUERRA CIVIL EN EL PAÍS VASCO, 80 AÑOS DESPUÉS

Hace ahora ochenta años, la sublevación militar del 18 de julio de 1936 dio origen a una terrible guerra civil que durante tres años dividió el país en dos bandos irreconciliables. **El deporte vasco –y alavés– no fue ajeno a esta tragedia. Las competiciones oficiales se detuvieron, pues ambos bandos centraron todos sus esfuerzos en ganar la guerra.** Por ejemplo, la Vuelta Ciclista al País Vasco, que estaba en julio a punto de comenzar, tuvo que suspenderse. El Circuito Automovilístico de San Sebastián desapareció para siempre y lo mismo le sucedió al diario deportivo bilbaíno Excelsius, que fue cerrado por el franquismo, al ser propiedad de una empresa informativa vinculada al PNV. Algunos locales deportivos sufrieron daños importantes, tal y como ocurrió con la piscina del Club Deportivo Bilbao o con el frontón de Gernika, destruido por el bombardeo.

Algunos frontones mantuvieron su actividad, pero sólo hubo algunas veladas de boxeo y aislados partidos de fútbol. A ambos lados del frente se dividió Euskadi durante el primer año del conflicto, estas competiciones servían para recaudar fondos y hacer propaganda bélica. Por ejemplo, en San Mamés se disputaron durante la etapa republicana varios partidos entre combinados de Bizkaia y Gipuzkoa, o el encuentro 'Pro-avión Euzkadi', entre el PNV y ANV, al que asistieron casi 20.000 espectadores, entre ellos el lehendakari José Antonio Aguirre, antiguo jugador del Athletic. En la zona franquista también hubo partidos de pelota y de fútbol, a beneficio del Ejército o de los hospitales de campaña. Algunos deportistas tuvieron que marchar al frente y hubo quien sufrió la cárcel o el exilio, como el nadador bilbaíno Mincho Espinosa.

Otros deportistas se implicaron de lleno en la propaganda, como el mítico boxeador guipuzcoano Paulino Uzcudun, ya retirado, que colaboró con el bando vencedor. Pero la principal iniciativa deportiva en el País Vasco durante la guerra fue la creación del 'Equipo Euzkadi', organizado por el Gobierno Vasco en 1937, para hacer propaganda en el extranjero y conseguir fondos con que atender a los refugiados. Además, se buscaba crear un embrión de selección nacional de fútbol. De hecho, sus colores (camiseta verde, pantalón blanco y medias rojas) los ostenta aún la selección vasca. El Euzkadi –compuesto casi



Equipo Euskadi 1937

Dentro de esa normalización, en 1938 se disputó la Copa 'Brigadas de Navarra' de fútbol, a beneficio del 'Auxilio Social' y de 'Frentes y Hospitales'. Participaron la Real Sociedad, el Alavés, Osasuna, Tolosa, Real Unión, Logroño y Oriamendi (Barakaldo), pero no el Athletic, al que el nuevo régimen veía demasiado vinculado aún al Euzkadi. Resultó vencedor el Deportivo Alavés, recibiendo significativamente el trofeo de manos del gobernador militar. **En la temporada 1939-1940 recomenzaron la mayor parte de las competiciones, pero el deporte también se vio influido por la larga dictadura que siguió a la victoria franquista.**



Santiago de Pablo
UPV/EHU

Duela laurogei urte, 1936ko uztailaren 18ko altxamendu militarrek gerra zibil ikaragarria piztu zuen, hiru urtez herria bi bando ezin adiskidetzukotan banatu zuena. Euskal Herriko –eta Arabako– kirola ere tragedia hark bete-betean harapatu zuen. Lehiaketa ofizialak eten ziren, bi bandoek ahalegin guztiak gerra irabaztera bideratu baitzituzten.

por completo por jugadores del Athletic– realizó una gira por Europa y América, pero fue declarado en rebeldía por la FIFA, que reconoció a la Federación Española de Fútbol, reorganizada por el bando franquista, con sede en San Sebastián. El Euzkadi encontró 'asilo político' en México y participó en la Liga oficial de la capital azteca como un equipo más en 1938-39, proclamándose subcampeón. Finalmente el conjunto se disolvió y muchos jugadores ficharon por clubes americanos.

Según avanzaba la guerra, el bando franquista trató de normalizar la situación, pero también de controlarla, como lo demuestra el hecho de que el protagonista de la defensa del Alcázar de Toledo, el general Moscardó, fuera nombrado más tarde delegado nacional de deportes. Desaparecieron pequeños clubes vinculados a la izquierda o al nacionalismo, como el Euzko Gaztedi Kiroltzalea de Vitoria. Otros, como la Real Sociedad, recuperaron su nombre original, prohibido por la República, pues desde 1931 el club se llamaba Donostia. Para muchos deportistas, el parón de la guerra significó el final de sus carreras, tal y como le sucedió al famoso defensa Ciriaco, que tras formarse en el Alavés había fichado por el Real Madrid.

Cine

'Eddie el Águila'

de Dexter Fletcher

El filme está basado en la historia real del esquiador británico Michael Edwards (Eddie 'the Eagle'), el primer británico que participó en unos juegos olímpicos en la especialidad de salto de esquí. Edwards, miope, de 80 kilos, y sin cualidades ni preparación deportiva específica se enamoró de esta modalidad deportiva sin tradición en su país y peleó por llegar a ser olímpico. Aunque nadie creía en sus posibilidades, consiguió participar en los Juegos de Calgary (1988) y aunque terminó el penúltimo –al último lo descalificaron–, se ganó la simpatía de la prensa y los aficionados por su fe y determinación.



Documental

'Young Wrestlers'

de Mete Gümürhan

Este largometraje documental se centra en la vida de varios muchachos de una academia de deportes turca, en la que viven, estudian y se preparan para hacer realidad su sueño de competir en combates de lucha libre, una disciplina deportiva que ha experimentado un auge internacional a través de las redes sociales. El largometraje nos acerca el día a día de un grupo de chicos de 10 a 18 años procedentes, en su mayoría, de pueblos pobres y que han sido separados de sus padres por primera vez. Y se centra en sus problemas, dificultades e ilusiones, mostrándonos momentos de verdadera camaradería en contraste con otros de competición.



Libros

'Marathon'

de Pascal Silvestre

Si hace unos años la distancia de las maratones (42,195 km) estaba reservada a una élite de deportistas, hoy en día atrae a corredoras y corredores de todas las edades y niveles. Pascal Silvestre dibuja en 'Marathon' el retrato de distintos hombres y mujeres embarcados en una aventura que cambiará sus vidas. El autor explora sus motivos para correr y captura con amabilidad la pulsión de vida que une a maratonianas y maratonianos. Se trata del primer libro de Silvestre, periodista y creador de runners.fr.

Pascal Silvestre ha corrido más de 50 maratones (posee la nada desdeñable marca de 2h 39' en esta distancia) y apuesta por una cultura de vida asociada a la práctica del running.



'Fast Girl'

de Suzy Favor Hamilton

El libro de la ex atleta Suzy Favor Hamilton relata su azarosa vida en la que tras dedicarse al atletismo cayó en el mundo de la prostitución de lujo. Un trastorno bipolar llevó a Favor Hamilton a ser prostituta durante varios años. En 2012 fue descubierta por un periodista y su vida publicada en diversos medios de comunicación. Se vino abajo y pensó incluso en el suicidio. En 2013 se le diagnosticó la enfermedad y a partir de entonces encontró algo de calma. Favor Hamilton, de 47 años, ha decidido publicar este libro a modo de terapia: "Mi historia tiene una parte positiva y otra negativa. Espero que la gente pueda entender lo que significa tener una enfermedad mental como esta".



Teatro

'1 heure 23' 14" et 7 centièmes'

de Jaques Gamblin y Bastien Lefèvre

¿Se trata de teatro, danza, deporte o simple movimiento? En realidad, es una conjunción de todo ello. El artista Jacques Gamblin renueva su colaboración con el bailarín Bastien Lefèvre en una original combinación teatral y coreográfica. En el espectáculo son dos hombres que se mueven bajo la influencia deportiva, uno como entrenador y el otro como atleta. Dos figuras que progresan juntas hacia un objetivo común: el rendimiento, y en el que el maestro guía al alumno hacia el éxito y la realización personal a través de la precisión en el movimiento.



Exposición 'Kulture foot'

de l'Atabal

En menos de dos siglos de existencia, el fútbol ha pasado de ser un juego popular a convertirse en un fenómeno global. La cultura de fútbol impregna todo lo que toca: arte, literatura, teatro, cine, música... L'Atabal de Biarritz ha puesto en marcha la exposición Kulture foot en la que un buen número de artistas de distintos ámbitos -Nix Nolte, Andoni Maillard, Benjamin Artola, Herr Morales, J.Randall, Manu Berk, Jérôme Coffy o Bizmut.- realizan su particular visión sobre el deporte rey... La exposición se podrá visitar en L'Atabal (Biarritz) del 2/Jul al 17/Sep.

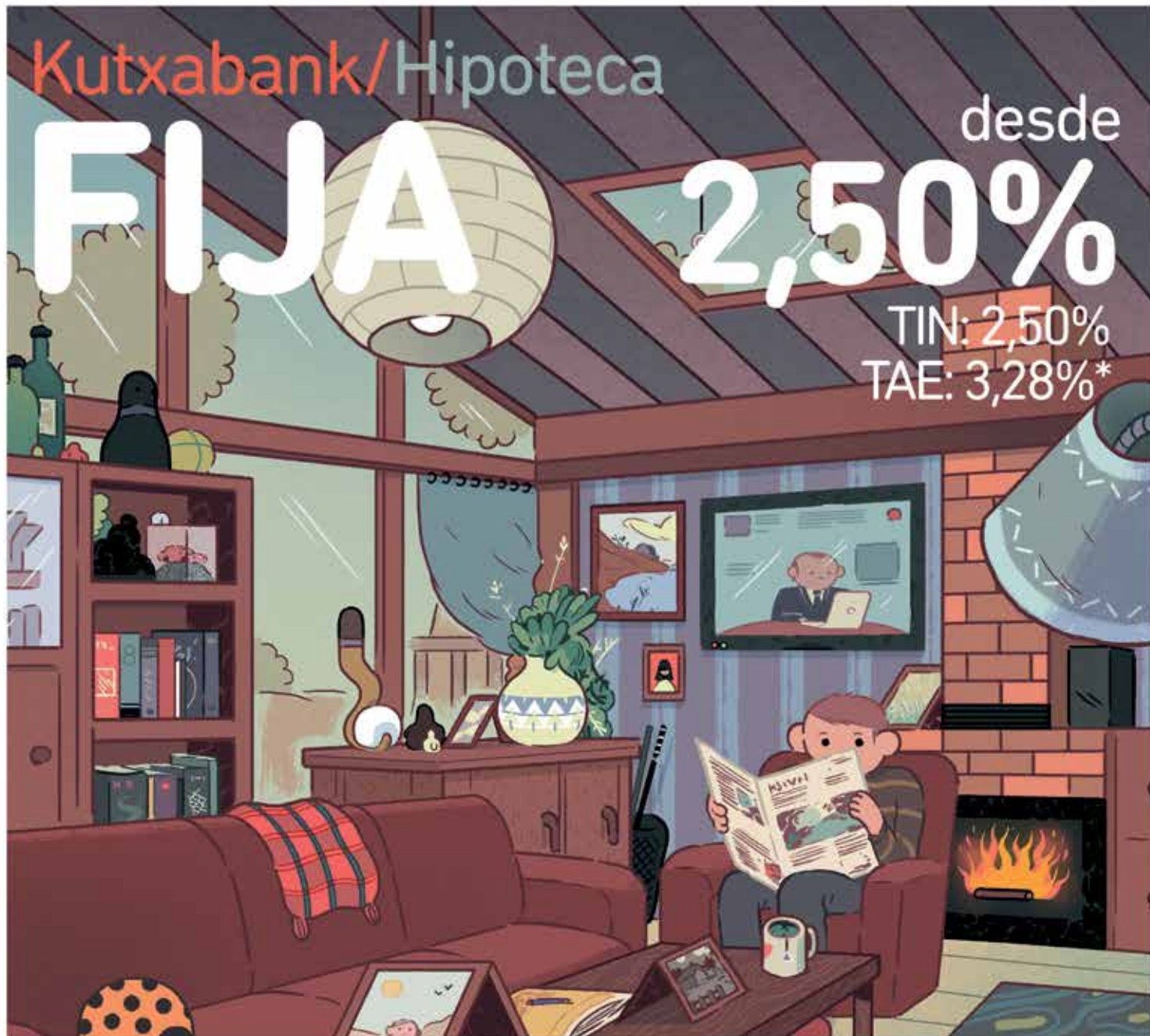


Kutxabank/Hipoteca

FIJA

desde
2,50%

TIN: 2,50%
TAE: 3,28%*



Si vas a comprarte una casa, consúltanos
y buscaremos la hipoteca que más te convenga.
Y además, te ayudaremos con todos
los trámites de la compra.

kutxabank
aquí
y ahora **k**

Supuesto calculado para un cliente de 28 años, importe de préstamo 100.000 euros (80% sobre el importe de tasación) a 30 años. Cuota constante, sistema de amortización francés. Tipo Fijo Bonificado: 2,50%
(*) Oferta condicionada a la domiciliación de nóminas por un importe igual o superior a los 3.000€ mensuales, consumo en comercios con tarjetas Kutxabank por un importe igual o superior a los 3.600€ anuales, una aportación a Basképensiones EPSV o Plan de Pensiones Kutxabank igual o superior a 2.000 € anuales, contratación y mantenimiento anual de seguro de vida con la cobertura de un capital de continente de 61.287€, y un contenido 24.514,80€, y contratación y mantenimiento anual de un seguro de vida con un capital mínimo igual al nominal inicial del préstamo.
Los gastos iniciales incluidos según normativa legal para el cálculo de la TAEVariable en este ejemplo, para compra de vivienda habitual en primera transmisión, sobre la Comunidad Autónoma del País Vasco, son de 1.999,89€. Comisión de apertura: 0,25% con un mínimo de 150€, prima de un seguro hogar con la cobertura de un capital de continente de 61.287€ y un contenido de 24.514,80€ y una prima anual de 234,34€, Seguro de Vida por importe de 100.000 euros y prima anual de 155,30€. Tasación: 273,46€. Honorarios de registro: 414,54€. Gestoría: 272,25€ e impuestos sobre Comunidad Autónoma del País Vasco: 0€, que el cliente debe satisfacer a la formalización del contrato. El Seguro de Hogar tiene que ser contratado con Kutxabank Aseguradora SAU, el Seguro de Vida con Kutxabank Vida y Pensiones SAU, ambas bajo la mediación de Kutxabank S.A. Operador de Banca-Seguros. Kutxabank es operador de banca-seguros exclusivo de Kutxabank Vida y Pensiones SAU, está autorizado por esta para operar con Kutxabank Aseguradora SAU e inscrito en el Registro Administrativo especial de Mediadores con el número C0654A95653077. La concesión de la operación queda sujeta a la aprobación por parte de Kutxabank S.A. En el caso de no cumplir con las condiciones requeridas, excepto el Seguro de Hogar obligatorio, el Tipo Fijo se elevará en 1%, TAE: 4,03%.