

**fnb** **625**

Nº 21  
Noviembre 2009

Publicación de la Federación Navarra de Baloncesto

[www.fnbaloncesto.com](http://www.fnbaloncesto.com)



**Amaya  
Gastaminza,  
de oro y  
plata**

PRESENTACIÓN DE LOS EQUIPOS PARA LA TEMPORADA 2009-2010

# Nueva temporada, nuevos retos



Comienza una nueva temporada para el baloncesto navarro, en la que miles de participantes en las distintas categorías tienen puestas infinidad de ilusiones en la campaña 2009/2010 que acaba de dar el pistoletazo

de salida. Nuestros dos equipos más representativos se han reforzado bien para afrontar la nueva temporada con la meta de repetir el objetivo de la pasada. Ambos estuvieron a punto de lograr el ascenso de categoría, y con los nuevos fichajes realizados, han conseguido ilusionar a sus aficiones. María Asurmendi, Naiara Díez y Fran Baquer representan a jugadores que han logrado triunfar fuera de casa y que ahora vuelven a Navarra para demostrar su valía y hacer vibrar al público local.

Por otro lado, en categorías nacionales encontramos un gran número de equipos navarros, con el debut de dos nuevos conjuntos: Lagunak y Limutaxi. Sin duda, una demostración del trabajo bien hecho en el club de Barañáin, que sigue creciendo a pasos agigantados. Esperemos que, junto con el resto de equipos navarros, cumpla con sus objetivos y a final de temporada nos encontremos hablando de los éxitos de todos ellos.

Por otra parte, el verano que ha transcurrido entre nuestro último número y éste que tienes en tus manos ha tenido una clara protagonista. La navarra Amaya Gastaminza tiene, a sus 18 años, un futuro más que prometedor, y la culminación de su etapa como junior no ha podido ser mejor. Dos medallas con dos selecciones distintas, la U18 y la U19, lo demuestran. En una amplia entrevista repasamos con ella toda su trayectoria, desde sus inicios en San Cernin hasta su nueva aventura en Estados Unidos, donde no está teniendo suerte. Al poco de llegar, Amaya se lesionaba y será baja para al menos seis meses. Desde aquí sólo podemos desearle mucha suerte y darle ánimos para que se recupere lo antes posible.



Número 21

Portada  
Noviembre 2009



## Entrevista: Amaya Gastaminza

*La jugadora navarra ha cosechado este verano su mayor éxito deportivo al lograr dos medallas con las selecciones nacionales U18 y U19. [pág. 3, 4 y 5]*



## Copa Navarra

*Ardoi se alzó con los dos títulos, tanto en masculino como en femenino. En la Super Copa masculina Grupo Iruña Navarra se impuso al equipo de Zizur Mayor. [pág. 10]*



## Clínica de Formación

*Gustavo Aranzana y César Rupérez reúnen a más de cuarenta entrenadores en el polideportivo de San Cernin de Pamplona. [pág. 17]*

### Edita:

Federación Navarra de Baloncesto  
[www.fnbaloncesto.com](http://www.fnbaloncesto.com)

### Director:

José Ignacio Roldán

### Redactor:

Iñaki Martínez

### Fotografía:

Miguel Guelbenzu  
Iosu Pezonaga

### Diseño y maquetación:

MSG Comunicación

### Impresión:

Gráficas Alzate

### DLNA:

2.953/2004

## Entrevista Amaya Gastaminza



### UN VERANO DE ORO Y PLATA

EN APENAS UNOS MESES A LA NAVARRA AMAYA GASTAMINZA LE HA PASADO DE TODO. JUGABA SU ÚLTIMO PARTIDO CON SIGLO XXI EN PAMPLONA, GANABA SENDAS MEDALLAS CON LAS SELECCIONES ESPAÑOLAS U18 Y U19, FICHABA POR LA UNIVERSIDAD DE OREGÓN Y POR ÚLTIMO SE LESIONABA DE GRAVEDAD EN SUS PRIMEROS ENTRENAMIENTOS EN ESTADOS UNIDOS.

#### ¿Cómo te encuentras tras la lesión?

Bueno...Yo ya tenía la rodilla tocada antes del mundial, pero jugué de todos modos. Cuando llegué a Oregón, en uno de los primeros entrenamientos me caí y me la golpeé con el suelo. Me la miraron y descubrieron que tenía el ligamento posterior roto. Organizamos todo y en menos de una semana estaba operada. Mi padre vino para estar conmigo durante los primeros días. Fue un golpe muy duro. No es la mejor manera de empezar una aventura como esta. Ahora sólo pienso en recuperarme y estar de vuelta lo antes posible. Si todo va bien, espero estar lista para febrero o marzo.

#### Menudo verano que has tenido...

Increíble. Ha sido un verano que lo hubiera soñado muchas veces. Antes de ir al campeonato del mundo no habría pensado ni por asomo que íbamos a quedar campeonas. Al principio mis objetivos eran estar con la selección en ambos campeonatos, con las de mi edad y las de un año más. Cumplí los dos y además con ese extra de haber quedado campeona y subcampeona.

#### ¿Cómo fue el europeo?

Llegamos con las ideas claras. Los partidos iniciales los comenzamos ganando con facilidad, por lo que nos convertimos en favoritas junto a Francia. Jugamos en dos grupos distintos. El U18 fue más relajado en

ese sentido. Estábamos todas muy metidas en los partidos y concentradas y, al final, los resolvíamos fácilmente. Llegamos a la final contra Francia y no sabíamos muy bien cómo nos íbamos a sentir. Pero lo importante fue que al final ganamos a las francesas, que era lo que queríamos.

#### La sorpresa llegó en el mundial

El mundial fue totalmente diferente. Podría decirse que fuimos con otro rol distinto al del europeo. El objetivo era hacerlo lo mejor posible, claro está, pero con pasar de cuartos hubiésemos

Amaya Gastaminza, con las dos medallas



Disfruta  
**Bodega de Sada**

Bodega San Francisco Javier - Arrabal, 2 - 31491 Sada - Navarra - España - Tel: +34 948 877 013 - Fax: +34 948 877 433  
bodega@bodegadesada.com - www.bodegadesada.com



Amaya se enfrentó a EE.UU

cumplido con las expectativas y sería un logro. Más que nada porque no habíamos entrenado. El primer entrenamiento todas juntas fue el día anterior al campeonato, así que... Sin embargo, el primer día nos plantamos y ganamos a Estados



Amaia compartió momentos en el Campus de Verano de la FNB

Unidos. Luego, fuimos ganando y llegó un momento que ni nos lo creíamos.

**¿Crees que con estos éxitos se ha puesto de manifiesto la buena cosecha de las generaciones del 90 y 91?**

Sí, cada vez la cosa va a más en categorías inferiores. La verdad es que es impresionante el balance, cinco medallas en cinco campeonatos. Tanto la del 91 como la del 90 son buenas generaciones con grandes jugadoras. Creo que tuvimos lo que merecimos.

**¿Y como se siente una navarra en medio de todo ese éxito?**

Pues encantada. Había estado en concentraciones que solía organizar la federación, pero hasta hace dos años no había podido ir a un europeo. Es un regalo. Lo veo como la recompensa a todo el trabajo realizado durante el año que te lleva a vivir esas experiencias que no las olvidarás nunca.

**¿Ya has pensado donde poner las medallas en casa?**

¡Pues no lo he pensado todavía! Les tengo que buscar un sitio privilegiado..

**Todo empezó cuando te marchaste muy joven al Siglo XXI, ¿recuerdas cómo fue?**

A mí, Ramón Jordana me llama con 14 años y me dice que era el entrenador de Siglo XXI y que quería pasar un día por casa para hablar con mis padres. ¡Yo ni sabía que era eso! (risas). Recuerdo que al principio yo decía que sí a todo, que quería ir, pero además tenía el miedo de salir de casa. Y, también, mucha ilusión que es lo que te empuja. He estado allí cuatro años, hasta los 18, que no los cambiaría por nada del mundo.

**No pudiste tener mejor despedida en Navarra que ganando la Liga con San Cernin y jugando la fase interautonómica en Pamplona**

Sí, aunque también queda la cosa del viaje (risas). Pero fue un final bonito. En San Cernin lo pasé muy bien y fue una buena forma de acabar.

**Y luego en cuatro años te ha pasado de todo**

Han sido cuatro años de todo, de madurez, tanto deportiva como personal. Ha tenido de todo, muchas vivencias, de mejorar, sufrir..

**En mayo jugaste por primera vez en Pamplona con la camiseta de otro equipo, en este caso Siglo XXI, y ante UNB Obenasa Navarra.**

**¿Cómo te sentiste?**

Fue un partido muy especial porque jugaba en mi tierra con el equipo de máxima categoría en

**María Bandrés Gómez**  
 Fisioterapeuta  
 colegiada nº 159  
 teléfono: 948 273 634  
 travesía monasterio de velate 2, 2ºB  
 31011 Pamplona

Todo un plan **in** JOVEN para los Jóvenes  
**CAJA RURAL DE NAVARRA**

el que he estado y contra el equipo de máxima categoría en Navarra. Además, también era mi último partido con Siglo XII, por lo que se juntaron todas las circunstancias. Fue un partido inolvidable.

### Ahora pones rumbo a Estados Unidos. ¿Cómo surgió la posibilidad?

La opción me aparece antes de las navidades, que me lo empiezo a plantear. En febrero, se lo comento a mi entrenador y se pone en contacto con un representante que lleva estos temas y, a partir de ese momento, comienzan a llegarme ofertas de equipos. Recuerdo que me llegaron como unas 30 ofertas de universidades y no sabía ni por dónde empezar, porque no conoces nada. Al final con mucha ayuda, muchas horas de investigación y consejos me decido por Oregón. Creo que es una oportunidad única que si puedes tienes que aprovecharla. Además es una buena forma de compaginar estudios con deporte, algo que aquí en España es más complicado.

### ¿Qué objetivos te marcas allí?

Yo voy mi primer año a ver qué tal. Ojalá esté allá los cuatro años de carrera y vuelva aquí con 22 años, pero me lo tomo con calma.

### ¿Has pedido muchos consejos a jugadoras?

No he hablado con muchas

jugadoras, pero sí con gente que ha estudiado allí, y me han comentado que es otro rollo completamente distinto. Como ya he comentado, una perfecta forma de compaginar estudios y deporte. Además, es como un mundo nuevo y una experiencia inolvidable.

### ¿Te imaginas regresando a España para jugar en Pamplona en un equipo de Liga Femenina?

Hombre, me encantaría. Sería la guinda. Volver aquí, a mi tierra, y jugar en Liga Femenina con un equipo navarro sería increíble. El tiempo lo dirá.

### ¿Cómo recuerdas tu paso por las selecciones navarras?

Es muy importante. No solo por el entrenamiento, sino por

el hecho de ir a los Campeonatos de España, la competición. Es algo que enriquece a los jugadores. Guardo buenos recuerdos.

### En verano estuviste también en el campus de la FNB como invitada cuando hasta hace bien poco ibas como jugadora

Yo llegué allí y hacía prácticamente dos o tres años que iba a los campus, así que pensé: "¡Madre mía!" Tengo muchos

recuerdos positivos. Estaba un poco alucinada porque tenía solo dos años más que ellos. Fue una experiencia bonita.

### Por último, ¿te ves llegando a la selección absoluta?

Pues es un sueño pero ni me veo, ni no me veo. Yo siempre voy a luchar al máximo por mis posibilidades y seguir trabajando. Pero en un futuro ya se verá.



Amaya Gastaminza, actualmente en el equipo de Oregón State Beavers University



**J.J. Aquilino Samanes**  
Médico - R.C.S.E.S. - 00243  
RECONOCIMIENTOS MEDICO-DEPORTIVOS  
PRUEBAS DE ESFUERZO  
Plaza. Obispo Irujo, 2 - Entrepantalla C - 31011 PAMPLONA  
Tfnos.: 948170260 - 639870343 - e-mail: aquilinosamanes@wanadoo.es

94,2

**ONDA  
CERO  
RADIO**

Todos los días de 15 a 16:00 h.  
**Onda Deportiva**  
Los miércoles de 15:45 a 16:00 h.  
Todo sobre el baloncesto navarro

# Liga Femenina 2 UNB Obenasa Navarra



## EL ASCENSO DE CATEGORÍA, PRINCIPAL OBJETIVO

UNB OBENASA NAVARRA SE PRESENTA DE NUEVO COMO UNO DE LOS PRINCIPALES FAVORITOS AL ASALTO DE LA LIGA FEMENINA TRAS SU BUEN PAPEL LA TEMPORADA PASADA, DONDE CAYÓ EN SEMIFINALES.

Unión Navarra Basket cumplirá su tercera temporada en Liga Femenina 2 y, una vez más, se marca el objetivo del ascenso de categoría

tras quedarse a las puertas la temporada pasada. Este año apuesta por el regreso a Navarra de dos jugadoras clave como pueden ser María Asurmendi y Naiara Díez.

El principal cambio está en la presidencia del club, donde Vicente Santesteban sustituye a Andoni Mendoza. En la plantilla, se apuesta un año más por el cuerpo técnico encabezado por César Rupérez, y una plantilla de jugadoras en la que se ha fichado a las navarras María Asurmendi y Naiara Díez, y a Noelia Oliva, Lindsey Pluimer, Charlene Smith y Zora Skrabalova.

Todo ello, sumado a la renovación de



César dando instrucciones

otras que fueron clave la temporada pasada, configura de nuevo uno de los equipos más completos de una categoría que esta campaña estará más reñida que nunca, pues la posibilidad de contratar dos jugadoras extracomunitarias puede reducir las diferencias.

Durante la temporada se irán viendo quienes son los principales candidatos a estar en la fase de ascenso, sobre todo en el grupo de las navarras. Otros alicientes serán ver en la misma categoría a Edurne Ortega y Andrea Ortega, que han dejado la disciplina navarra, si bien la primera competirá en el otro grupo.

César Rupérez, tercera temporada consecutiva al frente de Obenasa Navarra



BALÓN OFICIAL  
DE LA FEDERACIÓN  
NAVARRA DE  
BALONCESTO  
*La calidad es importante*





**Vicente Santesteban**  
Presidente

“Nuestro objetivo esta temporada es estar presentes en la fase de ascenso, como ya sucedió la temporada pasada, pero esperamos conseguir un mejor final y ponerle la guinda al pastel. Creo que esta temporada va a estar complicado y todo muy igualado, ya que ahora se pueden tener dos jugadoras extraco-

munitarias en las plantillas y eso es un plus para el nivel de todos los equipos, por lo que todo estará muy reñido. Por otro lado, queremos continuar con la línea de los dos años anteriores y seguir enganchando cada vez a más gente a nuestro proyecto y al baloncesto femenino. Para

ello, hemos hecho nuevas incorporaciones a nuestra junta directiva, con el fin de redoblar esfuerzos. Ser presidente es algo nuevo para mí pero, sobre todo, una responsabilidad ya que en este proyecto han depositado su ilusión y trabajo mucha gente”.



Ana Idoate



Cecilia Liñeira



Charlene Smith



María Asurmendi



Naiara Díez



Noelia Oliva



Tadea Lizarbe



Raquel Herrera



Lindsay Pluimer



Zora Skrabalova



Dace Cinite



César Rupérez



Aitor Alonso



Rubén Lorente



Luis Guerrero



Elena Oset



Silvia García



BALÓN OFICIAL  
DE LA FEDERACIÓN  
NAVARRA DE  
BALONCESTO  
*La calidad es importante*



# Adecco LEB Plata Basket Navarra Club



## RENOVACIÓN EN GRUPO IRUÑA NAVARRA PARA INTENTAR EL SALTO DE CATEGORÍA

EN SU SEGUNDA TEMPORADA EN ADECCO LEB PLATA, EL CONJUNTO NAVARRO INTENTARÁ HACER OLVIDAR A LOS PILARES DE LA TEMPORADA PASADA Y ENAMORAR DE NUEVO A SU AFICIÓN TRAS SU GRAN CAMPAÑA DEL CURSO ANTERIOR.

Tras realizar una gran temporada el curso pasado, convirtiéndose en el equipo revelación, Grupo Iruña Navarra afronta la presente que ha comenzado con ilusiones renovadas y con un equipo con algunos cambios. Ha habido bajas significativas y fichajes ilusionantes, así como cambio de patrocinador. Tampoco se salva el formato de competición, ya que la categoría ha sido dividida en dos grupos.

Tal vez el primer cambio más importante sea la incorporación al proyecto de Grupo Iruña como patrocinador principal. La empresa navarra coge el testigo de HNV Consmetal y se coloca al frente de los patrocinado-

res del conjunto navarro.

Donde se ven más caras nuevas es en la plantilla, en la que tres jugadores, que fueron importantes la temporada pasada, han abandonado el equipo. Iñaki Narros,

Ed Cage y Alfredo Ott se fueron, y han llegado nuevos fichajes como el navarro Fran Baquer, Gonzalo Ávila, Romá Bas, Kim Adams y Txomin López. Chema García, Iñaki Sanz, Juan Labiano y Raúl Narros completan la plantilla, dirigida por segundo año por José María Urabayen.

### JOSÉ MARÍA URABAYEN

*"De los fichajes que hemos realizado, Baquer nos tiene que aportar talento ofensivo y rapidez defensiva; Bas, que es un excelente tirador además de ser un buen defensor, tiene que llevar el peso anotador; Adams tiene mucho poderío, mates, tapones...en definitiva, nos tiene que dar espectáculo; Ávila nos puede dar trabajo oscuro y experiencia. Por último, Txomin es un jugador de equipo con experiencia y además muy listo".*

José María Urabayen intentará por segundo año el ascenso a LEB ORO







**Javier Sobrino**  
Presidente

“Nuestro objetivo para esta temporada es consolidarnos y llegar a la fase de ascenso, independientemente de las tres derrotas consecutivas con las que hemos comenzado la competición. Para nosotros no nos ha hecho saltar las alarmas sino que hemos visto que todo está muy igualado. Seguramente la gente nos va a exigir

mucho porque pusimos el listón muy alto la temporada pasada, pero también tenemos que pensar que fue un año irreplicable, en el que nos plantamos con opciones de ascender directamente, y es muy difícil repetirlo. Puede ser también que el nuevo formato de competición desconcierte un poco a los equipos. Es más complicado.

En cualquier caso, va a ser una temporada igualada. Por otro lado, también nos marcamos el objetivo de incrementar el número de aficionados que vengan al Anaitasuna. Vamos por buen camino y, a falta de cifras definitivas sobre los socios, puedo decir que hemos tenido un aumento importante”.



Donter Minter   Kim Adams   Roma Bas   Fran Baquer   Iñaki Sanz   Juan Labiano   Raúl Narros   Txomin López   Gonzálo Ávila



J.M<sup>º</sup>. Urabayen   Javier Sobrino   Xabi Jiménez   Iñigo Sánchez   Eder Pérez



Jeff Palmer ha sido incorporado a BNC para sustituir a Donter Minter

Jeff Palmer

El mejor apoyo para promocionar su empresa



CREACIONES PROMOCIONALES  
**JUAN GONZÁLEZ** SL

ESTAMOS CELEBRANDO NUESTRO 25 ANIVERSARIO

[www.creacionespromocionales.com](http://www.creacionespromocionales.com)

DONDE SIEMPRE  
Iturrama, 7 y 9 bajo  
31007 PAMPLONA

Tel. 948 19 88 88 (3 líneas) · 670 42 28 40 · Fax: 948 17 26 13

e-mail: [info@creacionespromocionales.com](mailto:info@creacionespromocionales.com)

## X Copa Navarra

### ARDOI LOGRA EL DOBLETE



LOS DOS EQUIPOS MÁS REPRESENTATIVOS DEL CB ARDOI, TANTO EL MASCULINO COMO EL FEMENINO, SE PROCLAMARON CAMPEONES DE SUS RESPECTIVAS CATEGORÍAS EN LA DÉCIMA EDICIÓN DE LA COPA NAVARRA. GRUPO IRUÑA NAVARRA SE IMPUSO EN LA SUPERCOPA MASCULINA.

El torneo, que sirve de preparación para los clubes, además de ser un interesante aliciente para el aficionado, que puede seguir las evoluciones de sus equipos semanas antes de que comience la competición oficial, también sirvió para presenciar los primeros pasos de los dos equipos que competirán como novedad este año: Lagunak y Limutaxi.

Comenzando por la catego-

las diferencias fueron mínimas. El principal duelo fue entre Ardoi y San Ignacio UPNA, al que luego se sumó Viajes Marfil. Los de Zizur comenzaron ganando a Promociones Legarzia, pero luego cayeron por la mínima ante San Ignacio UPNA.

Estos habían vencido anteriormente a Lagunak. Fue entonces cuando entró en escena Viajes Marfil, que perdió ante Ardoi pero logró vencer a San Ignacio UPNA, decidiendo el torneo a favor del conjunto que dirige Juan Mantero.

En la Supercopa, Grupo Iruña y Ardoi se enfrentaron en un duelo desequilibrado en los que el equipo de LEB Plata se impuso por un contundente 101-38.

En categoría femenina, los candidatos se definieron

también desde un principio, y el protagonismo cayó sobre



Ataque de Ardoi

Azysa Ardoi y Autocares Artieda. De hecho, llegaron invictos hasta su enfrentamiento en la tercera jornada, que decidió la balanza del lado de los de Rubén Nava. El equipo de Zizur comenzó derrotando a Limutaxi y Obenasa Ursulinas, mientras que el conjunto de San Cernin superó a Burlada y Talleres Lamaison. En la última jornada, Azysa Ardoi superó con claridad a Autocares Artieda, proclamándose campeón de la Copa Navarra.



Miriam Goyache penetra en la zona de A. Artieda

ría masculina, hay que decir que fue una carrera igualada entre los equipos, en la que



Atención inmediata y  
libre elección de médico.  
Desde 20,92 € al mes.

**IMQ**  
IGUALATORIO DE NAVARRA  
Seguros de su salud

Todo lo que su salud necesita

# Colegio Navarro de Árbitros CASTEJÓN ACOGIÓ EL 'STAGE' DE PRETEMPORADA

LAS HABITUALES PRUEBAS FÍSICAS Y TEÓRICAS REALIZADAS SE HAN COMPLETADO CON UNA SERIE DE CHARLAS SOBRE UNIFICACIÓN DE CRITERIOS Y NORMATIVA PARTICULAR DE LAS COMPETICIONES AUTONÓMICAS, ASÍ COMO EL VISIONADO DE VÍDEOS Y TRABAJO EN GRUPO SOBRE CUESTIONES TÉCNICAS Y ORGANIZATIVAS.



Gran afluencia de colegiados y Al comienzo de esta temporada, se ha producido el cambio en la dirección técnica, dejando su puesto Alberto García y ocupándolo Daniel Aldaz. Desde estas líneas queremos felicitar al anterior director por su esfuerzo y dedicación en la dirección técnica, así como desearle toda la suerte a su sustituto.

## UNIFICACIÓN DE CRITERIOS

Este año, desde la FIBA y la FEB, se han marcado una serie de puntos de énfasis a tener en cuenta en el arbitraje, que fueron tratados en el 'stage' del CNaB en Castejón y que pueden resumirse en lo siguiente:

- **Faltas en saque de banda:** Cuando en una situación de saque de banda el equipo

ser sancionada como antideportiva, sin tener los árbitros que valorar cualquier otro aspecto en esa situación.

- **Ultimo jugador:** si un jugador comete una falta normal con un contacto lateral o por detrás, se entenderá que es último jugador si en la trayectoria entre él y la canasta no hay ningún otro jugador defensor.

- **Simulaciones:** Desde FIBA se ha marcado la exigencia



Ildefonso Muñoz impartiendo una charla

defensor (no el atacante) sea penalizado con falta personal mientras el balón esté todavía en las manos del jugador que va a efectuar el saque, SIEMPRE esa falta deberá

de que los jugadores NO HAGAN TEATRO. En este caso, se debe advertir tanto al jugador como al entrenador de que la siguiente acción de simulación será falta técnica.



[WWW.FEB.es](http://WWW.FEB.es)

# Temporada 2009-2010

## EQUIPOS NAVARROS

### EN CATEGORÍA NACIONAL



**ARDOI**

Jon Abaurrea, Roberto Arbella, Carlos Díez, Mikel Domeño, Modan Gueye, Juan Irisarri, Imanol Janices, Juan Lafuente, Iñaki Urtasun.

**Jorge Conde Herrero**  
**Juan Mantero Ruiz**

E  
E



**LAGUNAK**

Ion Aranguren, David Arricibita, Ángel Ayanz, Luis Basarte, Rafael Ciaurriz, Néstor Elorz, Borja Martinicorena, Mikel Medina, Andrés

Olza, Yoel Prieto.

**José J. Unzué Ciganda**  
Eduardo Murillo Zabaleta

E  
D



**PROMOCIONES LEGARZIA**

Ander Aramburu, Mario Aramendía, Javier Boneta, David Cid, Carlos Corvo, Raúl Corvo, Javier Elorza, Rubén Juániz, Jakue Ló-

pez, Ricardo Miguel, Diego Ojer, Gonzalo Soto.

**Eliseo Jiménez Carmona**  
**Raúl Pérez Jiménez**

E  
E



**SAN IGNACIO UPNA**

José M<sup>a</sup> Cadenas, Guillermo Erroba, Diego Montesino, Fernando Santesteban, Álvaro Sesma, Iñigo Sesma, Javier Úriz,

Ivan Vinagre, David Zubiri.

**Javier Langa Mauleón**  
**Enrique Llarena Carricoba**

E  
E



**VIAJES MARFIL**

Mikel Ayerra, Alex Calvo, Alberto Dávila, Óscar de la Sen, Pedro Echeverría, Roberto Estabolite, Enrique Lizarraga, Ion Munárriz,

Héctor Narváez, Carlos Zarza.

**Carlos Muñoz Lapeña**  
**David Arzoz Sayas**

E  
E



**AUTOCARES ARTIEDA**

Ainara Andueza, Anno Eriksson, Bárbara García, Goizeder Jerico, Iria López, Amaia López, Ana Sánchez, Jana Úriz, Andrea

Urtasun.

**Miguel Goñi Ezcurra**  
**Sergio Sobrino Fernández**

E  
E

# Temporada 2009-2010

## EQUIPOS NAVARROS

### EN CATEGORÍA NACIONAL



**AZYSA ARDOI**

Izaskun Alfonso, Edurne Arrechea, Maite Gárate, Miriam Goyache, Sara Guillén, Leire Lizoain, Garazi Misiego, María

Moral, Patricia Rodero, Manuela Ruiz de Ojeda.  
**Borja Garayoa Alvira** E  
**Rubén Nava Suescun** E



**OBENASA URSULINAS**

Itziar Arregui, Iruñe Astiz, Cristina Barasoain, Leyre Carrica, Maite Gil, M<sup>a</sup> Pilar Lizasoain, Amaya López, Mónica Viqué.

**Juan P. Álvarez Carrasco** E  
**Maite Herrero Osés** E



**SAN IGNACIO UPNA**

Maialen Ansoain, Teresa Aranz, Silvia Bariain, M<sup>a</sup> Pilar Guindano, Alicia Like, Nerea Mariñelarena, Arantza Mozo, Lara Ramírez,

Blanca Santesteban.  
**Miguel Pérez García** E  
**José A. Milla Sánchez** E



**BURLADA**

Aitziber Eraso, Olatz Pezonaga, Sonia Ustárroz, Andrea Sarriés, Vanesa Álvarez, Ana de Abajo, Estefanía Fernández, Irene

Marrodán, Patricia Mendióroz, Laura Parra.  
**Mario Alonso Oroz** E  
**Roberto Goicoa Legarra** E



**LIMUTAXI**

Irene Alzueta, Raquel Artuch, Sandra Azcona, Nuria Fernández, Maite Laparte, Adriana Pascual, Paula Sarmiento, Ainara Torrens.

**Natxo Aramendia Goñi** E  
**Luis Arostegui de la Torre** E



**TALLERES LAMAISSON**

Maite El Busto, Estíbaliz Fenaux, Edurne Fernández, Leyre García, Ana García, Aitziber Martínez, Puy Ojer, Irantzu Ros, Elisabeth

Sainz, Ana San Martín, Estíbaliz Torrecilla.  
**Diego Ojer Barbarin** E  
**Pablo Napal Suberviola** E

## Campus de tecnificación

# 120 JUGADORES SE PERFECCIONAN EN PAMPLONA



DEL 20 AL 25 DE JUNIO, SE DESARROLLÓ EN EL CENTRO DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA DE NAVARRA DEL ESTADIO LARRABIDE EL CAMPUS DE LAS SELECCIONES NAVARRAS CADETES, INFANTILES, MINIBASKET, ADEMÁS DE UN GRUPO DE DIEZ JUGADORES JUNIOR.



José María Urabayen participó en el Campus

El estadio Larrabide acogió este año el campus de tecnificación de las selecciones navarras que, tras varios años de colaboración con la Federación Aragonesa de Baloncesto, iniciaba una nueva andadura en solitario.

La concentración contó con la

participación de dos destacados miembros del cuerpo técnico de la FEB: Ramón Jornada, director del centro de alto rendimiento Siglo XXI, quien desarrolló su labor con las selecciones femeninas y Manuel Aller, ex-jugador ACB y de la selección española, quien trabaja desde hace unos años con los jóvenes jugadores de la selecciones nacionales y que desarrolló su labor con las masculinas.

Además del trabajo técnico, se realizó una labor de educación hacia nuestros deportistas. En concreto, se realizaron charlas a nuestros jugadores y entrenadores sobre alimentación en competición, hábitos deportivos básicos (calentamientos, estiramientos, prevención de lesiones), dopaje y sus peligros impartidas por

técnicos del CEIMD, talleres de auto-entrenamiento impartidas por entrenadores navarros y charlas coloquios con los técnicos FEB.

Esta modalidad de campus permitió que todos los seleccionadores titulares participaran en él y pudieran aprovechar las magníficas instalaciones del centro de tecnificación, incluyendo las salas de medios audiovisuales, salón de actos, piscinas y comedores de la residencia Fuerte el Príncipe.

Como punto final nuestras selecciones se desplazaron a Cantabria a disputar un torneo en categorías mini, infantil y cadete.

De manera paralela, se realizó el I Campus de mejora para jugadores jóvenes dirigido por José María Urabayen, entrenador del Grupo Iruña Navarra, y que tuvo como contenido principal la mejora del tiro con estos jugadores. Este campus contó con la presencia en una de las sesiones de Iñaki Sanz, jugador del Grupo Iruña Navarra de LEB Plata y fue complementado con charlas formativas sobre auto-entrenamiento, alimentación, recuperación, dopaje además de sesiones de vídeo sobre scouting y tiro.



Ramón Jordana impartiendo la clase en el Estadio Larrabide



## Campus de la FNB

# CRECE EL NÚMERO DE PARTICIPANTES

LA FEDERACIÓN NAVARRA DE BALONCESTO VOLVIÓ A COSECHAR UN ROTUNDO ÉXITO CON LA ORGANIZACIÓN DE LOS CAMPUS DE VERANO. LA PARTICIPACIÓN RESULTÓ MUY NUMEROSA, CON UN TOTAL DE 278 PARTICIPANTES DIVIDIDOS EN CUATRO CAMPUS DISTINTOS: DOS EN ESTELLA, UNO EN LEKAROZ Y OTRO EN PUENTE LA REINA.



Los participantes en el Campus de Estella posan delante de la Residencia Oncinada

De esta forma, la participación sigue creciendo año tras año y éste superó en 16 el número de deportistas participantes. Completan los números 24 monitores, 4 de ellos de tiempo libre, además de un director técnico por cada uno de los distintos campus. Estella los acogió en dos tandas, la primera del 10 al 19 de agosto y la segunda del 19 al 28 del mismo mes. Lekaroz fue el más madrugador celebrando su campus del 3 al 12 de agosto.

Los objetivos que maneja la Federación Navarra de Baloncesto en estos cam-

pus son varios, entre ellos la mejora técnica de todos los deportistas en la práctica de su deporte favorito. Pero también fomentar otros valores como son la convivencia, las amistades, y otras actividades al margen del baloncesto. De esta forma, los asistentes también pudieron participar en excursiones, talleres, charlas, conferencias. No en vano, son ya veintidós las ediciones que lo avalan.

Por último, también hay que destacar la importante visita que recibieron los participantes del campus de Estella, que pudieron pasar un día con

la jugadora Amaya Gastamin-



Iñaki Sanz y Amaia Gastaminza visitaron el primer Campus de Estella

za y con Iñaki Sanz, jugador de Grupo Iruña Navarra que trasladaron a los participantes en el Campus sus experiencias.



Niños y niñas de minibasket con los monitores en el Campus Estella

## Baloncesto escolar PEB

# NUEVAS LOCALIDADES SE INCORPORAN ESTE CURSO



EL BALONCESTO EMERGE EN DISTINTAS ZONAS RURALES QUE, ANTE LA DEMANDA CRECIENTE DE ESTE DEPORTE, ESTÁN CREANDO NUEVOS CLUBES EN LOS QUE PODER SATISFACER LAS NECESIDADES DEPORTIVAS DE LOS MÁS JÓVENES.



Programa en Aoiz

Con la nueva temporada comienza, como en años anteriores, el Programa de Baloncesto Escolar con el que la Federación Navarra de Baloncesto acerca nuestro deporte a aquellos municipios que se encuentran fuera de la órbita del mismo o donde su implantación es incipiente.

Tras impartir clases de baloncesto durante el curso 2008/09 a cerca de 1650 alumnos en 15 centros escolares de 10 localidades diferentes, este año el programa, en su tercer año de funcionamiento, preten-



de llegar a nuevas zonas de nuestra geografía.

Comienza este otoño en Lumbier, del 12 al 16 de octubre; Olite, del 16 al 21 de noviembre; y Pitillas, la

poco el número de poblaciones y escolares a los que acercar nuestro deporte. Es intención de este programa actuar este año, además de en las localidades citadas, en Aibar, Bera, Lesaka, Yanci, Arantza, Lekaroz, Lodosa, Corella, Peralta, Azagra y Aoiz.

El programa seguirá la misma dinámica que en años anteriores tomando las clases de educación física, principalmente de los ciclos de primaria y, en función de la demanda y la experiencia previa, ampliarla a otros rangos de edad, para impartir contenidos de baloncesto desde una perspectiva eminentemente lúdica y



Encuentro en Bera

semana siguiente, continuando con poblaciones de la Ribera y del norte de Navarra, así como otras que ya han participado en años anteriores y donde la respuesta y resultados están siendo muy positivos. El objetivo es aumentar poco a

realizar posteriormente un campeonato de 3x3 en el que participen los alumnos en una jornada festiva, pues el torneo no tendrá carácter competitivo, y estará amenizada con música y sorteo de regalos.



## Clinic de formación

# GUSTAVO ARANZANA CON LOS ENTRENADORES

EL PASADO 11 DE OCTUBRE SE CELEBRÓ EN PAMPLONA UN CLÍNICA DE FORMACIÓN, ORGANIZADO POR LA FEDERACIÓN NAVARRA DE BALONCESTO, CON DOS PONENTES DE RENOMBRE. EL PRIMERO DE ELLOS FUE GUSTAVO ARANZANA, ENTRENADOR PROFESIONAL QUE DURANTE MUCHAS TEMPORADAS FUE TÉCNICO ACB. COMPLETABA LA ACTIVIDAD CÉSAR RUPÉREZ, ENTRENADOR DE UNB OBENASA NAVARRA.



Gustavo Aranzana

El polideportivo de San Cernin fue el encargado de acoger la actividad, que contó con la presencia de más de cuarenta entrenadores. La charla estuvo dividida en tres sesiones distintas. La primera de ellas, por la mañana, sirvió para que Gustavo Aranzana desgranara varias soluciones y ejercicios sobre el juego sin hombres altos, fintas de recepción, etc.

Para una mejor comprensión de los ejercicios propuestos y de los fundamentos expuestos, se contó también con la presencia del equipo junior masculino de San Cernin. Durante esta primera ponencia, Aranzana lamentó ante los asistentes que muchos de los conceptos básicos del baloncesto se están

perdiendo, no sólo en los nuevos jugadores, sino en todos los equipos de las distintas categorías. Es por esto que pidió que los entrenadores sean meticulosos a la hora de corregir los fallos a los jugadores. En esa misma línea transcurrió la charla de César Rupérez, sobre el juego con bloqueos directos. El técnico navarro insistió en la buena ejecución de los bloqueos, ya que una buena realización reporta numerosas ventajas en el juego, mientras que la mala mecánica resulta perjudicial y deficiente para el equipo, ya que dificulta el juego.

Al final, los distintos entrenadores congregados pudieron exponer también sus dudas e inquietudes. Lo que es seguro es que

todos ellos aprendieron una valiosa lección y más



César Rupérez

de uno habrá encontrado soluciones a los numerosos problemas que se presentan en el día a día de un equipo de baloncesto.

## Juegan fuera de Navarra

### TRES SALIDAS Y TRES REGRESOS



SIN DUDA LA PRESENTE TEMPORADA SE VA A CARACTERIZAR POR EL REGRESO A CASA DE VARIOS JUGADORES A LOS QUE YA ESTÁBAMOS ACOSTUMBRADOS A SEGUIR A TRAVÉS DE LA DISTANCIA. BAQUER, ASURMENDI Y DÍEZ HAN VUELTO. SIN EMBARGO, OTROS SE HAN MARCHADO, OCUPANDO DE ESTA FORMA EL VACÍO EXISTENTE EN LA PARTICULAR EMBAJADA DEL BALONCESTO NAVARRO EN LAS CATEGORÍAS PRINCIPALES DEL BALONCESTO NACIONAL.

#### **Txemi Urtasun**

(Meridiano Alicante)  
Part: 4 Min: 81 Ptos: 40  
Reb: 9 Ast: 5 Media puntos: 10  
- En su segunda temporada en Alicante, Txemi está encontrando por el momento el protagonismo que no halló en sus anteriores equipos.



#### **Edurne Ortega**

(Arranz Jopisa Burgos)  
Part: 4 Min: 75 Ptos: 14  
Reb: 9 Ast: 4 Media puntos: 3'5  
En su primera experiencia fuera de casa, Edurne está teniendo un buen comienzo en el equipo líder del grupo "A" de Liga Femenina 2.



#### **Iñaki Narros**

(Baloncesto Palencia)  
Part: 2 Min: 30 Ptos: 12  
Reb: 2 Ast: 0 Media puntos: 6  
Iñaki dejó BNC para dar un salto de categoría y ha llegado a Palencia, un recién ascendido en el que ha perdido protagonismo respecto a la pasada campaña



#### **Ricardo Úriz**

(Lagun Aro S. Sebastián)  
Part: 3  
Min: 38 Ptos: 2  
Reb: 0 Ast: 5 Media puntos: 0,7  
- Su continuidad un año más

en San Sebastián y en la ACB es sinónimo de que está haciendo las cosas bien, partiendo como base suplente.



#### **Andrea Ortega**

(Ibaizabal)  
Part: 4 Min: 124 Ptos: 32  
Reb: 8 Ast: 6 Media puntos: 8  
- Tras dos años en UNB, en los que fue de más a menos, la jugadora navarra se está reencontrando en el Ibaizabal de Liga Femenina 2 con un gran comienzo.



#### **Alex Urtasun**

(Baloncesto León)  
Part: 4  
Min: 134 Ptos: 71  
Reb: 11 Ast: 7 Media puntos: 17,8

- Tras un verano en el que tuvo los dos pies en Zaragoza, Álex rectificó y volvió a uno de sus equipos anteriores, León, donde ya ha tenido tiempo de ser MVP de la jornada.



#### **Mikel Úriz** (Santurtzi)

Part: 3 Min: 87 Ptos: 49  
Reb: 7 Ast: 7 Media puntos: 16'3  
El joven jugador no ha podido tener un mejor comienzo en la LEB Plata, con sus dos últimos encuentros para enmarcar. Disfrutará de muchos y valiosos minutos que ayudarán en su formación.

**INTERSPORT® IRABIA**

Galería comercial Leclerc ,Avd. Conde Oliveto 5 y Benjamin de Tudela 2 Pamplona-Iruña.

## Galería

# C.D. SAN CERNIN, 27 AÑOS DE HISTORIA

EN 1982 UN GRUPO DE PROFESORES PUSO EN MARCHA LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN SAN CERNIN DE LA MANO DE MIGUEL IRAÑETA. SIETE AÑOS DESPUÉS AQUELLO YA ERA UNA AGRUPACIÓN DEPORTIVA, Y DESDE 1993 UN CLUB DEPORTIVO. EN EL CAMINO, MUCHAS HORAS DE TRABAJO, DEDICACIÓN, ESFUERZO Y OBSTÁCULOS SUPERADOS.



Quizá por eso, porque así se formó el Club Deportivo San Cernin, éstos son los valores que se han ido transmitiendo de generación en generación a lo largo de todos estos años. Decir San Cernin es decir baloncesto, es decir 26 equipos y una escuela de formación para alumnos de 6 y 7 años, 306 jugadores de todas las edades, dos equipos en Primera Nacional (Viajes Marfil y Autocares Artieda) y 30 entrenadores. Decir San Cernin es decir Álex y Txemi Urtasun, Iñaki Sanz, Amaya Gastaminza o los nombres de cientos de ex

alumnos que nunca vivirán del deporte, pero que aprendieron allí el valor del juego en equipo, el sacrificio y el amor por el basket. El trabajo realizado mereció el reconocimiento del Gobierno de Navarra en 1996 y 1997.

Justo Sanz es el encargado de dirigir la sección de baloncesto del club, que convive a su vez con la amplia oferta de deportes que hay en San Cernin como el fútbol, el ajedrez, el atletismo, la natación, la gimnasia y otros muchos. Él es el encargado de elaborar el plan técnico sobre el que

descansa toda la actividad, y que persigue que en el club puedan desarrollar con plenitud sus habilidades desde aquellos que pueden llegar a destacar en el baloncesto profesional como también aquellos otros para los que el baloncesto es simplemente un juego con el que divertirse y completar su formación personal y deportiva. Sanz supervisa personalmente todos los entrenamientos de los equipos para apoyar el trabajo de los entrenadores y que todos los jugadores estén adecuadamente atendidos. Todos los entre-

nadores del club reciben un curso de formación para desarrollar su labor bajo unos parámetros en los que siempre se antepone la educación a la competición. Todo ello sin cortar la progresión de aquellos jugadores que destaquen. Por eso, San Cernin mantiene convenios preferentes con los dos principales clubes de Navarra, Basket Navarra Club y Unión Navarra Basket. Toda esta labor se ha visto incrementada con el lanzamiento, hace poco más de un año, de una nueva página web ([www.club-deportivosancernin.es](http://www.club-deportivosancernin.es)) que pretende acercar el trabajo que se realiza a todas las personas que forman parte de San Cernin. Desde hace años el club organiza también el emblemático torneo 24 horas y charlas y campus para acercar el baloncesto a la sociedad. Todo ello para que San Cernin siga siendo un referente en el deporte navarro.

## De cerca con ... Pablo Buena *presidente*

### ¿En qué se caracteriza el C.D. San Cernin?

Sobre todo por dar la posibilidad a los jóvenes de realizar una actividad deportiva. Buscamos la socialización a través del deporte.

### ¿Cuáles son los objetivos que se ha propuesto el club?

Mantener la calidad en los entrenamientos. Ahora mismo es evidente que en el baloncesto hay problemas de entrenadores. Nuestro otro objetivo es ir formando a estos técnicos, para lo que hemos firmado un convenio con el Instituto Navarro del Deporte. Por supuesto no nos olvidamos de salvar la crisis y poder aumentar la oferta deportiva.

### ¿Qué pueden ofrecer los dos nuevos proyectos al baloncesto navarro?

Creo que es para estar orgullosos por tener a estos dos equipos en las categorías en las que están. En nuestro caso además nos sentimos responsables porque apoyamos ambos proyectos.

### ¿Qué supone para San Cernin que tres jugadores como Txemi y Alex Urtasun y Amaya Gastaminza hayan salido de su cantera?

Es un orgullo para nosotros y, aunque seamos un club colegial, significa que algo estaremos haciendo bien para que nuestra cantera haya dado esos frutos.

## A punto de alcanzar el objetivo del programa "Basket Solidario"

ARDOI, BURLADA, CANTOLAGUA, GARES, LEKAROZ, OBERENA, OLITE, SAN JUAN... SON CLUBES QUE YA HAN COLABORADO CON EL PROYECTO "BASKET SOLIDARIO" QUE LA FEDERACIÓN NAVARRA DE BALONCESTO PUSO EN MARCHA A FINAL DE LA PASADA TEMPORADA Y QUE SE PUEDE CONSULTAR, EN MAYOR EXTENSIÓN, EN NUESTRA PÁGINA WEB.



Los niños del Centro Elsie Gaches con las equipaciones

La compra de balones que han hecho ha permitido, además de que se beneficiaran de unas buenas condiciones de venta, que el objetivo fijado de 3.000 € para el año 2009 esté más cerca, restando algo menos de 600 € para alcanzarlo.

El stock de balones es limitado y una vez alcanzado el objetivo no se pondrán más unidades a la venta.

Recordamos que colaborar con este programa permite adquirir balones de cuero bicolor, oficiales, para la competición, por el precio de 40 €; y lotes de 10 balones de caucho, también oficiales, de cualquier tamaño (chicos, chicas y minibasket), más otros 10 del tipo promoción, por 85 €.



Los niños son atendidos por religiosas

Por otra parte, poco antes del verano, la federación envió equipaciones deportivas de nuestras selecciones al centro Elsie Gaches de Manila (Filipinas), beneficiario del programa de este año.

## La Federación Navarra de Baloncesto colabora con Instituciones Penitenciarias

LA FEDERACIÓN NAVARRA DE BALONCESTO HA ALCANZADO UN ACUERDO CON INSTITUCIONES PENITENCIARIAS, DEPENDIENTE DEL MINISTERIO DEL INTERIOR, PARA CONVERTIRSE EN CENTRO COLABORADOR AL INTEGRARSE EN LA BOLSA DE ENTIDADES CON PLAZAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE LA PENA DE TRABAJO EN BENEFICIO DE LA COMUNIDAD.

En la actualidad son tres las plazas ofertadas, dos para apoyar la labor de los coordinadores en los pabellones donde se desarrolla la actividad de los Juegos Deportivos de Navarra en la mañana de los sábados, y otra para la realización de tareas administrativas básicas en oficinas.

## Nuevas tecnologías para los entrenadores de la Federación



Los seleccionadores navarros atentos a las explicaciones

Los técnicos titulares de las selecciones navarras han sido instruídos en la utilización de la pizarra digital interactiva (PDi)\* y el programa Netwan BSM, en el local que la Federación Navarra de Baloncesto tiene equipado para la formación de entrenadores, árbitros y jugadores.

Con posterioridad, el colectivo arbitral y los profesores de cursos repetirán la sesión.

\* La pizarra digital interactiva conecta un ordenador y un proyector aunando las ventajas de estos dispositivos, constituyendo el mayor avance reciente en educación.

