Imanol Álvarez da instrucciones a sus jugadoras esta semana. **IÑIGO ROYO**

El Bera Bera disputa esta tarde en Zarautz su primer amistoso de pretemporada

BALONMANO

Se enfrenta al Zuazo en Aritzbatalde (19.00) con la presencia de Arcos, Gavilán y Erauskin, que se estrenan con la camiseta donostiarra

IÑIGO VILLAMÍA

SAN SEBASTIÁN. Tras dos semanas de mucho trabajo, sobre todo físico, a las jugadoras del Super Amara Bera Bera les ha llegado su momento más esperado: volver a competir. Y es que aunque se trate de un amistoso de pretemporada –el primero de un total de ocho–, enfrente estará el Zubileta Evolution Zuazo, equipo que competirá un año más en la Liga Guerreras Iberdrola.

Será a partir de las 19.00 en el polideportivo Aritzbatalde de Zarautz cuando las donostiarras pongan en práctica lo ensayado durante estos días, sesiones que tanto Paula Arcos como Shula Gavilán y Anne Erauskin han aprovechado para integrarse y conocer el sistema de juego utilizado por Imanol Álvarez.

El técnico ermuarra ha convocado a catorce de las quince integrantes de la primera plantilla, ya que Sara Gil continúa recuperándose de la lesión que lleva meses arrastrando en su codo. Las que sí estarán son Oihane Bautista (portera) y Eider Tapia (pivote), ambas del filial. Tapia, internacional juvenil procedente del Bidasoa Irun, podría debutar.

Erauskin es duda

La extremo derecho soñaba con reencontrarse con las que han sido sus compañeras los últimos cuatro años pero será duda por problemas físicos. «Me hace mucha ilusión jugar contra ellas, verles las caras», decía en su presentación. En Zuazo, por su parte, se estrenan Andrea Zaldua, Sara Molés, Nerea Gil y Ane Valero, entre otras.

Nadal será baja en el torneo de Montreal al sentir ayer «pequeñas molestias»

TENIS

DV

Rafael Nadal anunció ayer en su cuenta de Twitter que no participará en el Masters 1000 de Montreal debido a una «pequeña molestia» sentida «tras el entrenamiento». El mallorquín no ha disputado ningún torneo del circuito ATP desde su abandono antes de la semifinal de Wimbledon contra Nick Kyrgios, debido a un desgarro abdominal que le impedía sacar correctamente.

«Desde los días de vacaciones y mi posterior reincorporación a los entrenamientos todo ha ido bien estas semanas. Hace cuatro días que empecé también a entrenar el servicio y ayer, tras el entrenamiento, tuve una pequeña molestia que hoy seguía ahí», explicó el tenista en la red social.

Ganador en el Open de Australia y en Roland Garros, a pesar de dolores recurrentes debidos a una necrosis del hueso escafoides del pie izquierdo, «Rafa» ofreció de nuevo un alto nivel de juego sobre la hierba de Londres. «No me queda otra que ser prudente a estas alturas y pensar en la salud», lamentó en Twitter.

Tampoco Djokovic

Tampoco disputará el Masters 1.000 de Montreal Novak Djokovic. La política canadiense contra el coronavirus no permite aterrizar a ningún ciudadano no vacunado contra el Covid y el serbio ya hace tiempo que admitió que ni lo había hecho ni lo iba a hacer.

EN BREVE

FÓRMULA UNO

Piastri le quitará el asiento a su compatriota Ricciardo en McLaren

McLaren habría comunicado a Daniel Ricciardo su decisión de no contar con él en 2023 para hacer sitio a la llegada de Oscar Piastri, también australiano y que esta semana ha negado que conducirá el Alpine. **DV**

GOLF

Carlota Ciganda no supera el corte en el British Open

Carlota Ciganda ha dado por finalizada su participación en el British Open, torneo que se disputa en el campo escocés de Muirfield, al no superar el corte. La navarra totalizó un +7 en el cómputo de las dos primeras jornadas. Le penalizó el +6 de ayer. Mandan con -8 la coreana Chun y la surafricana Buhai. **DV**

BALONCESTO

Guardan 42 segundos de silencio por la condena a Griner

Las jugadoras de Phoenix Mercury, el equipo de Brittney Griner, y Connecticut Sun guardaron ayer 42 segundos de silencio antes de su partido en solidaridad con la estrella estadounidense de la WNBA condenada a 9 años de prisión por un tribunal ruso por tráfico de drogas. El momento terminó con cánticos de «¡Tráiganla a casa!». **DV**

GÉNERO

La Federación de Triatlón admitirá atletas transgénero

La Federación Internacional de Triatlón admitirá 'mujeres trans' en sus competiciones y se aparta de la línea aprobada por las federaciones internacionales de rugby y natación. Un atleta transgénero debe demostrar que la concentración de testosterona en el suero ha sido inferior a 2,5 nmol/L durante 24 meses. **DV**

AFP

Quartararo domina los libres

El líder del Mundial de MotoGP, el francés Fabio Quartararo (Yamaha), dominó ayer los primeros ensayos libres del Gran Premio de Gran Bretaña, en el circuito de Silverstone, tras una pausa de cinco semanas.

«Ez nuen pentsatzen Bera Berara irits nintekeenik, baina hemen naiz»

“ **ANNE ERAUSKIN** Bera Berako jokalaria

Anne Erauskinek (Ermua, 1998) estreinakoz jantziko du Bera Beraren elastikoa gaur, Zuazoren aurka Zarautzen jokatuko duten lagunartekoan (19.00). Zuazon lau denboraldi eman ondoren, urtez urte aurrerapausoak ematen, aurten beste jauzi bat emateko prest zen. Entrenatzaileak lasai egoteko eskatu dio; «poliki-poliki gauzak aterako direla esan dit», onartu du.

Ane URKIRI ANSOLA

Anne Erauskin denboraldiaurreko lana bereziki nabaritzen ari da. Zuazotik Bera Berara jauzia dagoela onartu du, «iskioa kili-kolo daukat, ez nagoelako hemengo erritmora ohituta». Iaz bere kabuz gimnasioan lan egitetik, aurten Ammma zentroko dinamikan lan egitera igaro da. Gauza zehatzagoak lantzen ari da: «abiadura, potentzia, jauziak ere bai hegaleko jokalaria izanik...». Egokitzapenarekin, hori bai, pozik da: «Aurretiaz ezagutzen nituen taldekide batzuk eta oso erraz jarri dizkidate gauzak». Lastima kuadrillako Mirene Morenorekin ez duela kointziditzuko: «Biok amesten genuen, baina halaxe dira gauzak. Esan zidan presioak eta tentsioak alde batera utzi eta ahalik eta gehien disfrutatzeko». Lehen lagunartekoaren atarian, denboraldiko asmoen berri eman dio GARAri.

Andoni CANELLADA | FOKU

Zuazoren aurka gaur jokatzen duzue lehendabiziko lagunartekoa. Zein helbururekin doa taldea?

Denboraldiaurreko lehendabiziko partida izanda, sentsazioak berreskuratu nahi ditugu. Helburua, noski, garaipena lortzea da, baina gehienbat talde bezala finkatu nahi dugu. Ez dira aldaketa asko egon, baina tira. Defentsan 5-1 sistemarekin nola lan egin landu dugu, erasoan ere adierazle batzuk eman dizkigu entrenatzaileak eta hori praktikan jartzen saiatuko gara.

Zuri pertsonalki zer eskatzen dizu entrenatzaileak? Agian goiz da oraindik ere...

Bai, goiz da. Pertsonalki ez dit ezer berezirik esan; sentsazioak hartzeko, pixkanaka konfiantza handiagoarekin sentitzeko, lasai joateko... Badaki lehendabiziko partida dela Bera Berarekin, gainera Zuazoren aurka, eta, beraz, lasai egoteko eta poliki-poliki gauzak aterako direla esan dit.

> *«Asko hobetu dut fisikoki. Pistan ere igarri dut taktikoki eta teknikoki prest nagoela. Baina, batez ere, uste dut konfiantza eta pistan segurtasuna irabazi ditudala»*

Aurkezpenean esan zenean heldutasun maila egokira heldu zarela Bera Bera taldera urratsa egiteko. Zer esan nahi zenuen?

Mentalki konfiantza gehiagorekin nagoela eta fisikoki ere askoz hobeto ikusten naizela Zuazon lau urte egon ostean. Asko hobetu dut fisikoki. Pistan ere igarri dut taktikoki eta teknikoki prest nagoela. Baina, batez ere, uste dut konfiantza eta pistan segurtasuna irabazi ditudala. Lasaitasun gehiagorekin aurre egiten diet partidei egun eta horrek ate aurreko eraginkortasunean hobetzen lagundu dit.

Nola laburbilduko zenuke zure bilakaera Ohorezko Mailan?

Lehendabiziko urtean Paula Valdivia bezalako jokalari batekin postua partekatzean, berak zuen erantzukizun gehiena. Ni ikasteko nengoen, Ligari neurria hartzeko. Trantsizio moduko zerbait zen. Klubak ikusi zuen nahiko ondo moldatu nintzela eta bigarren urtean aurrerapauso hori eman nuen. Maider Barros igo zuten urte horretan, oso jokalari indartsua baita, baina agian parekatuago geunden; minutu aldetik ere igarri zen, lehen urtearekin alderatuta konfiantza gehiago jarri zutela nigan. Dinamika hori mantendu da azken bi urteetan. Bilakaera handia izan dudala esango nuke.

Zuazo uzteko eskaintzarik izan al duzu aurretik?

Aurreko urtean bai, baina Zuazon oso gustura nengoen. Ez dut sentitu Zuazotik alde egiteko beharrik orain arte.

Ohorezko Mailan konfiantza hartzeko lehenengo Zuazo bezalako talde batean egotea ona dela uste duzu?

Nik uste dut baietz. Bera Bera ligako txapelduna da eta igartzen da, Zuazo liga berdinean egonda, apur bat maila baxuagoan dagoela. Uste dut Zuazon, esperientzia gutxiago duten jokalariei, aukera gehiago ematen zaizkiela hobetzeko eta ikasteko. Nire kasuan, laguntza handia izan da hori aurten urrats hau egiteko.

Pertsonalki zer helburu dituzu denboraldi honetan?

Nire bertsiorik onena ateratzea. Nire %100a emango dut partida guztietan, horretaz ziur nago. Taldea ahalik eta gehien laguntzen saiatuko naiz.

Maitane Etxeberria izango duzu lagun hegalean. Hitz egin duzue?

Bai, aurretik ere ezagutzen genuen elkar eta pertsona aparta da. Harro sentitzekoa da berarekin postua partekatzea. Uste dut pila bat ikasiko dudala berarekin. Oso pozik nago. Pentsatzen dut ezin zitzaidala egokitu taldekide hobeagorik.

Taldearen helburua jakina da, guztiagatik borrokatzea...

Bai, eta horrez gain aurten dezente aipatu dute Europan multzoen fasera sailkatzea dela helburua.

Europan jokatzearekin amesten al zenuen?

Bai [barrez]. Jokalari bezala lorpen potentea da. Espero ametsa egia bihurtzea.

Txikitako zure helburuen artean zegoen Bera Beran jokatzea edo burutik pasa ere ez zitzaizun egiten?

Flipatu egiten nuen Bera Berako partidak telebistaz ikusten nituenean, baina ez nuen pentsatzen hona irits nintekeenik. Ezta Zuazora ere, pentsa! Errotabarrin [Ermuan] jokatzen nuen, pozik nengoen nire lagunekin eta gauza batek ekarri du bestea. Azkenean, ustekabean, hemen naiz [barrez].