

# Munduko txapelketa jokatu du Arantza Moreno atleta ermuarrak

**E**dozein kirolarik amestuko lukeena lortu du Arantza Moreno ermuarrak 16 urterekin: munduko xabalina-jaurtiketa txapelketarako sailkatzea, alegia. Uztailaren 5 eta 10a bitartean Lillen (Frantzia) izan zen txapelketan munduko 14. postuan sailkatu da Bideazabal Atletismo Taldeko gaztea. Munduko txapelketara heltzeko, ordea, lan handia egin du eta bere garaipen zerrenda ikustea baino ez dago. Aurtengo Espainiako Txapelketan iaz baino marka txikiagoak izan dira eta horrek lagundu dio garaipena lortzen. *“Espainiako iazko txapelketan baginen hiru oso marka antzerakoak genituenak eta zailagoa egin zitzaidan. Aurten, aldiz, maila ez da hain altua izan”,* adierazi du Morenok. Munduko txapelketa baina, beste kontu bat izan da eta horrela bizi izan du berak: *“Jendeak oso marka onak zituhen. Ni gazteena nintzen, ez nintzen ondo moldatu xabalinarekin, ez baitzen nire, belaunean min neukan eta amorrua dut nire marka ezin izan dudalako lortu. Dena dela, joatea bakarrik ametsa izan da eta nolabait urte osoko lanaren errekonozimendua ere”.*



Horrelako frogar bat presatzeak izugarritzko lana eskatzen du. Teknika etengabe lantzea, gauza bera behin eta berriro errepikatzea eta perfektionatzea eta egunero bi orduz entrenatzea. *“Urte osoan ariketa antzerakoak egin ditugu teknika hobetzeko. Bi egunez Ermuan entrenatu naiz eta Durangora eta Bilbora joan naiz astean hirutan teknika lantzeko. Hau da, xabalina nola bota, gorputzaren postura zein izan be-*

*har den. Kanpotik ematen du erraza dela, baina asko landu behar da”,* azpimarratzen du atletak. Horrez gain, Espainiako selekzioarekin hilean asteburu batean Leonera joan dira entrenamenduak egitera.

Alde fisikoaz gain, arlo psikologikoa ere oso garrantzitsua da kirolean eta horretan ez du zalantzarik Morenok. *“Lolorekin lan handia egiten dugu zentzu horretan. Askok hitz egiten dugu eta izugarri laguntzen*

*digu. Ikasi dut egunero ezin direla gauzak ondo atera. Gauzak gaizki doazenean nire buruari esaten diot ondo joan daitezkeela eta ez dut pikutara dena botatzen”.* Lolo Garcia entrenatzaileak Arantzaren hobetzeko grina eta gaitasuna goraipatzen ditu, baina batez ere egiten duen esfortzua. *“Esfortzuak eta hobetzeko nahiak edozein titulu baino gehiago balio du. Arantza atleta oso ona da eta pertsona hobea”.*

**ILEAPAINDEGIA**  
**Iraskun**  
 Goienkale, 9 (Plaza San Martin)  
 48260 Ermua Bizkaia  
 Tel. 943.17 66 90  
**ILEAPAINDEGIA**

**Yoga eskola**  
**Sanatana Dharma**  
*Irailaren 5ean, astelehena, hasiko dira berriro klaseak. Animatu!!*  
 San Roke 24, behea  
 943748593 · 685722131 (Idoia)

**CITROËN**  
**AUTOS AMEDI**  
*Zearreko buelta eraikina 3, L8 pab.*  
 Tel. eta Faxe. 943 17 04 14



### Kirolari amorratua

Atletismoa eta eskubaloien artean bihotza zatituta du Arantza Morenok, baina argi du bietan maila altua mantentzea gero eta zailagoa egiten zaiola. “Aurten hiru egunetan atletismoan aritu naiz eta eskubaloian bi egunetan. Datorren urtean nire helburua atletismoa izango da eta eskubaloia ahal dudan neurrian”.

Ez du bere bizitza kirolrik gabe ikusten. “Kirolak ematen dit ni ondo egotea, ondo sentitzea nire buruarekin eta beste modu batean izango ez nituen esperientziak bizitzeko aukera. Lagunekin eta familiarekin egoteko denbora murrizten dit, baina handik edo hemendik ateratzen dut denbora haiekin egoteko”, dio Arantzak.

Gorputzak muga jarri arte aurrera jarraitzeko as-



moa du atleta ermuarrak, baina ez du erraz ikusten xabalina-jaurtiketaz bizitzea, “kirol gehienak bezala, gizonen arloa” dela azpimarratzen du. Badira Euskadiko Federazioak ematen dituen bekak, baina erakundeen aldetik laguntza eta babes gehiago behar dela dio Lolo Garciak. “Batzuetan ikusezinak garela iruditzen zait. Egia da banakako kirola dela eta gutxitan gaudela Ermuan, baina Udalaren aldetik babes gehiago behar dugu guztiok: kirolariek eta baita entrenatzaileek ere. Gu desagertzen bagara, atletismoak ez du aurrera egingo. Ermuan izugarritzko taldea dugu: 100 lagun inguru eta harrobi bikaina; hortik ateratzen dira atleta onak. Arantzak lortu duena izugarritzkoa da, baina jende gehiago dago eta denbora eman behar zaie”.

Informazio gehiago:  
[www.atletismoermua.com](http://www.atletismoermua.com)

Alazne Aiestaran

### ARANTZA MORENOREN GARAIPEN ZERREDA

#### BENJAMIN

Bizkaiko Kros Txapelduna

#### ALEVIN

Bizkaiko Kros Txapelduna.

Altuera jauzian, 2 kg pisuko jaurtiketan eta 1000 metrotako Txapelduna.

#### INFANTIL

Bizkaiko Kros Txapelduna birritan lasterketa guztiak irabazita.

Bizkaiko pisu-jaurtiketan txapelduna, 1000m eta xabalina.

Euskadiko txapeldunorde 1000 metrotan.

#### CADETE

Bizkaiko Kros Txapelduna.

Bizkaiko XabalinaTxapelduna, pisu-jaurtiketan eta 600 metrotan.

Euskadiko Xabalina Txapelduna, pisu-jaurtiketan eta 600 metrotan.

Espainiako Xabalina Txapelduna 3 aldiz. 44.64 txapelketetan errekorra lortuz.

#### JUVENIL

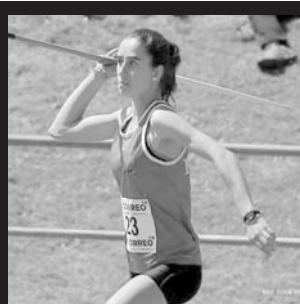
Lehenengo urtea kategoria honetan (2011-07-01)

Bizkaiko Xabalina-jaurtiketan txapelduna.

Euskadiko Xabalina-jaurtiketan txapelduna.

2 aldiz Xabalina-jaurtiketan Espainiako txapelduna eta 5 pisu-jaurtiketan

Euskadiko Juvenil-Junior kategorian errekorra.



LEIRE GORRITXATEGI  
(13 urte)

Xabalina jaurtiketan orain dela urtebete hasi zen eta Espainiako xabalina-jaurtiketa txapelketan 4. postua lortu du aurten. Krosa, xabalina eta eskubaloia uztartzen ditu eta hirurak ditu gustuko. Oso urduria dela dio Leire Gorritxategik eta “urduritasuna kontrolatzea” egin zaiola zailena Espainiako Txapelketan.



“Adituak gara ondo elikatzen irakasten”

AINARA IRIONDO ANSOLA  
Giza elikaduran eta  
Dietetikan Diplomatu

Komentukua 1, behea  
943 17 63 72

ONAINDIA  
HARATEGIA

Etxean egindako  
odoloste eta txorizoak



Kantabria zeharbidea 1  
48260 - ERMUA

Tel. 943 10 85 44  
Mug. 678 64 85 41

KRABI  
Ileapaindegia  
Estetika



Tel: 943 03 17 56

Diputazio, 5

ERMUA



PUB YOMY

Zubiaurre  
kalearen  
bihotzean