

Nº 5
DICIEMBRE 2019

EL DEPORTE DE ELLAS VALE
DEPORTISTAS
Navarras

Nafarroako  Gobierno
Gobernua de Navarra

Hacia la cumbre



Imagen cedida por Estrella Damm Mediterranean Open.

EL DEPORTE DE ELLAS VALE
DEPORTISTAS
Navarras

**¿Te gustaría recibir
de forma gratuita los
próximos boletines de
Deportistas Navarras?**



ÍNDICE

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

Carlota Ciganda Machiñena

(Pamplona, 1990)

Decir Carlota Ciganda es decir golf. Se inició en este deporte cuando apenas tenía cinco años y ya ha cumplido los veintinueve. Un cuarto de siglo repleto de swings, puts, eagles, una maleta en la que ya no caben los trofeos y un pasaporte siempre en el bolsillo.

Imagen cedida por Estrella Damm Mediterranean Ladies Open.

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

La presente temporada ha conseguido el título en el Mediterranean Estrella Damm, el título de Solheim Cup representando a Europa y ha terminado entre las diez mejores en tres de los cinco «Grandes» del circuito siendo la europea mejor clasificada en el ránking. Y para rematar la temporada, Ciganda ha entrado en la historia al llevarse el único premio económico igualitario del circuito profesional: el AON Risk Reward. Se trata de un desafío que, por primera vez, premia con un millón de dólares al jugador y jugadora que haya sido mejor en determinados hoyos durante los distintos torneos del circuito del PGA y LPGA Tour.

Comenzó en el Club de Golf de Ulzama donde forjó una exitosa carrera que la ha llevado a situarse entre las diez mejores jugadoras del mundo. Desde que era benjamín ha seguido el camino de la victoria y la superación. Siempre ha buscado superarse cada día y en cada campeonato da lo mejor de sí misma.

Campeona de España Alevín (2001 y 2002), Infantil (2003 y 2004), Cadete (2003, 2004 y 2006), Sub 18 (2006, 2007 y 2008), Junior (2006, 2007 y 2008), Absoluta (2006, 2007 y 2008) y así hasta dar el salto al circuito profesional (2011). En su primera temporada como pro ganó la Orden del Mérito y fue elegida rookie del año en el Ladies European Tour (LET). Pronto llegaría



Foto: Carlota Ciganda con la Copa Solheim ganada con Europa este 2019.
Autoría: Cedida por Estrella Damm Mediterranean Ladies Open.

la primera victoria en el circuito profesional americano (LPGA), donde solo otras tres españolas (**Marta Figueras-Dotti**, **Beatriz Recari** -también navarra- y **Azahara Muñoz**) habían ganado algún torneo del LPGA.

Ciganda tiene ya en su haber dos victorias en la LPGA y tres en el LET, lo que la ha llevado a formar parte del equipo europeo en cuatro ocasiones para disputar la Solheim Cup, la última el pasado mes de septiembre, levantando por segunda vez en su carrera la copa de campeonas tras ganar el desafío entre Europa y Estados Unidos, en el que la navarra tiene su propio récord. Es todo un icono del golf, aunque ella no ha cambiado

sus costumbres cuando vuelve a casa. Su calendario tiene fechas marcadas en rojo, al menos veinticinco semanas que corresponden a otros tantos torneos en distintos lugares del planeta, aunque la mayor parte los juega en Estados Unidos. Eso no le impide tener siempre reservados días para regresar a su Pamplona natal, descansar, recargar pilas junto a su familia y amistades, y seguir creciendo como deportista y persona. En su rutina de cinco o seis horas de entrenamiento siempre deja un espacio para fortalecer su mente leyendo. Nunca ha tenido un coach o un psicólogo en su equipo, pero un buen libro nunca falta en sus viajes.

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

¿Cómo llega el golf a su vida?

Llevo 24 años jugando a golf. Empecé con mi padre y sus amigos en la Ulzama. De pequeña jugaba a todos los deportes, pero al final me decanté por el golf y no ha ido mal la cosa.

**«El golf te mantiene
humilde toda tu vida»**

¿Siempre tuvo el deporte a su alrededor en su infancia?

Jugaba a fútbol. Jugaba a frontenis. Hacía natación... La verdad es que el deporte me ha gustado siempre mucho. Me encantaba estar fuera de casa, corriendo y haciendo deporte.

¿Por qué escogió el palo de golf en lugar de la raqueta o el balón?

Pues estaba siempre con mi padre que iba al campo de golf. Me daba un palo y yo pegaba bolas por allí y así es como empecé y como seguí con este deporte.



*Foto: Carlota Ciganda saliendo de un bunker en su etapa amateur.
Autoría: Cedida por la RFEGolf.*

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

Se inició en el golf en Ulzama de la mano de Rogelio Echeverría. ¿Sus inicios han sido el secreto de su éxito?

Rogelio fue mi profesor durante veinte años. Él me enseñó a jugar a golf, me enseñó el swing, me enseñó un poco todo. Sí es cierto que en los últimos años con el último entrenador he ido mejorando pequeñas cosas, pero Rogelio fue el que me introdujo. Con él estuve muchísimo tiempo.

«Sigo siendo la misma»

Como amateur, ganó el British (2007), dos títulos europeos (2004 y 2008) y fue campeona universitaria con Arizona State (2009 y 2010). ¿Ha cambiado mucho la Carlota Ciganda amateur de la Ciganda profesional?

Bueno, espero que no. Los tiempos pasan, pero yo sigo siendo la misma. Me gusta venir a casa, estar con mi familia. Tengo los mismos amigos de siempre. No me cambia mucho la vida si gano un torneo o no. Sigo haciendo lo que me gusta, jugando a golf e intentar mejorar cada día.

¿Cómo asimiló ganar la Orden de Mérito en su debut en el circuito profesional europeo?

Fue un año muy bonito porque solo Laura Davies lo había conseguido (1985). La verdad es que empecé jugando muy bien y fue increíble empezar ganando el Rookie del año y la Orden del Mérito a la vez.

Ha sido también la primera española que consigue clasificarse entre las diez primeras del mundo. ¿Cuál es el siguiente reto que se ha marcado?

Me gustaría seguir entre las diez primeras y quizás algún día llegar al número 1. No es fácil por el nivel que hay hoy en día, pero creo que, si sigo trabajando, si sigo confiando, pueden llegar cosas chulas.



Foto: Ciganda con el trofeo del British Open Amateur 2007.
Autoría: Cedida por la RFEGolf.



Foto: Celebrando un punto en la Solheim Cup 2019.
Autoría: Cedida por Carlota Ciganda.

¿Ganar un «Grande» es el único objetivo pendiente?

Sí que es uno de ellos. Sí que me gustaría ganar un Grande en los próximos años. Para eso sigo trabajando cada día e intento darlo todo.

Acumula cuatro participaciones en la Solheim Cup, la competición que enfrenta a Europa contra Estados Unidos. Una competición en la que Carlota Ciganda tiene el récord de no haber perdido nunca el partido individual del domingo (la última jornada) en las cuatro ediciones que ha disputado.

Es una semana que me gusta mucho. Jugamos por equipos y me gusta jugar por Europa. No me gusta que el equipo pierda y lo doy todo. Sí es cierto que en cuatro ocasiones no he perdido nunca ese individual. Es un récord muy bueno y voy a intentar mantenerlo en próximos años.

Es muy diferente ganar un torneo individual a ganarlo por equipos.

Sí, porque el golf es un deporte muy individual y no hay prácticamente competiciones por equipos y esa semana de Solheim te hace mucha ilusión.

Juegas con amigas tuyas, con un grupo que realmente estamos ahí las unas para las otras, queremos ganar y nos hace mucha ilusión.

«Me encanta competir»

Viene de ganar el Estrella Damm Mediterranean Open en Sitges. El primer título del circuito profesional que gana en casa y con su familia al lado. ¿Sabe mejor esta victoria que otras?

La verdad es que fue especial por ganar en España, en mi país, por ganar con toda mi familia delante... Fue muy bonito y es un sueño hecho realidad, porque quería ganar en España delante de todos.

¿Suele ir la familia a muchos torneos?

De vez en cuando me acompañan mis padres. Tampoco vienen mucho porque juego principalmente en Estados Unidos, pero sí que intentan venir a unos cuatro o cinco torneos al año. Si juego en España, suele venir más gente.

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

En el Mediterranean Open coincidieron tres jugadoras navarras (Carlota Ciganda, Beatriz Recari y María Hernández), dos en lo más alto del golf mundial, Ciganda y Recari. ¿Qué tiene esta comunidad para haber alcanzado este nivel?

Somos jugadoras que entrenamos mucho desde pequeñas. Es una comunidad pequeña y no es fácil que salgan tres jugadoras en el circuito europeo y americano. La verdad es que es increíble.

A lo largo del año, Estados Unidos es donde juega más torneos. ¿Cómo compagina una vida entre aeropuertos, hoteles, cambios de horario... con su vida personal?

Sí que es lo más duro. Ninguna vida es perfecta, pero sí que lo que más cuesta son los hoteles, el jet-lag. Te cansas porque te vas a Estados Unidos, luego vas a Asla, vuelves, luego Europa. Pero me encanta competir, me encanta jugar y de momento hay mucho más positivo que negativo.

¿Se consigue sacar huecos para estar con la familia y amistades?

Estoy muy unida a mis padres y a mi familia y siempre intento cuatro o cinco semanas que ellos vengan, o que

yo vuelva, o intento hacer un calendario en el que nos veamos bastante.

¿Qué necesita Carlota Ciganda para estar bien en una competición?

Una buena preparación. Entrenamiento, estar tranquila... Cuando estoy en España siempre recargo pilas. Es un poco un equilibrio de todo.

«Creo mucho en mí misma»

Las lesiones la han respetado todos estos años.

Sí. Afortunadamente no he tenido ninguna lesión. Tengo buenos fisios porque se me carga el cuello y la espalda, normal siendo golfista, pero no he tenido nada grave.

¿Qué es lo primero que hace cuando llega al campo en el que juega un torneo?

Suelo llegar una hora antes. Voy al vestuario, estiro un poco y luego empiezo la rutina de pegar bolas, tirar unos puts y luego ya, a jugar.



Foto: Ejecutando un swing.
Autoría: Cedida por Estrella Damm Mediterranean Ladies Open.

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

La figura del caddie es importante para una jugadora. ¿Siempre lleva el mismo caddie?

Llevo ocho años como profesional y solo he tenido dos.

¿Alguna vez ha hecho su padre de caddie?

Sí, de pequeña sí. Cuando jugaba de amateur me hizo de caddie varios torneos. Desde que soy profesional se mantienen al margen. He tenido mucha suerte con mis padres, siempre me han apoyado, siempre me han dicho que disfrute. Nunca me han puesto ningún tipo de presión

Marta Figueras-Dotti, seleccionadora nacional y una de las voces más autorizadas del golf en Europa, destaca de Ciganda su fuerza mental y su determinación ¿La cabeza es su punto más fuerte en el juego?

Puede ser, soy bastante tranquila. Creo mucho en mí misma. Intento centrarme en el presente, mantenerme al margen de todo y simplemente jugar a golf y disfrutar del momento.

¿Cuál cree que es su mejor golpe?

Mi mejor golpe es la distancia. Le pego bastante fuerte. Es un arma muy buena que tengo y de la que me aprovecho.

¿Tiene predilección por algún campo de golf en particular?

Jugamos en muchos campos al año... En España me gusta Sotogrande. En Estados Unidos, Caves Valley en Maryland. Jugamos tantos que al final no es fácil elegir solo uno.

En 2016 compitió en los Juegos de Río. Para una deportista profesional, ¿qué ha significado la experiencia olímpica?

Fue una experiencia increíble. Representar a España es lo máximo y jugar unos Juegos es el sueño de cualquier deportista. La verdad es que lo pasamos



*Foto: Carlota Ciganda junto a familiares celebrando su triunfo en el Mediterranean Estrella Damm 2019.
Autoría: Cedida por la familia Ciganda.*

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

muy bien, conocimos a gente, estuvimos viendo otros deportes... Fue una experiencia muy bonita.

Han sido más de cien años sin golf en el programa olímpico. ¿Ha llegado para quedarse?

Yo creo que sí. El año que viene también vamos, así que yo creo que va la cosa bien.

¿En su calendario de 2020 tiene señalada la fecha de los Juegos de Tokio?

Sí. Me encantaría estar ahí. Todavía queda mucho, pero sería un sueño poder ir a representar a España en otros Juegos Olímpicos.

«El golf ocupa un lugar muy importante en mi vida»

Para hacer frente a tantos torneos en distintos lugares del planeta, ¿hay espacio para algo que no sea entrenar o competir?

La verdad es que he viajado mucho, he conocido muchos países y tengo días libres que aprovecho para

visitar las ciudades. No estoy todo el día jugando al golf, pero sí es verdad que el golf, ahora mismo, ocupa un lugar muy importante en mi vida y prácticamente solo me dedico a ello.



Foto: Ciganda junto a su padre.
Autoría: Cedida por la familia Ciganda.

La hemos visto practicando el futgolf en el Mediterranean Open con jugadoras del F.C. Barcelona y el Espanyol. ¿Cómo fue esta experiencia?

La experiencia fue buena. Las chicas eran muy simpáticas. Jugamos con dos jugadoras del Barça y dos del Espanyol y fue más difícil de lo que pensaba. De pequeña jugaba a fútbol y tenía bastante buen toque. Ahora lo he ido perdiendo al no practicarlo y no me vi tan bien. Intenté hacerlo lo mejor posible y la verdad es que lo pasamos en grande.

¿Sigue a otras deportistas españolas y otros deportes?

Sí que sigo el deporte español. Me encanta seguirlo. Sigo a Rafa Nadal. Sigo el fútbol...

¿Qué opina de la situación que viven muchas mujeres en el deporte?

La verdad es que es un tema complicado. Al final, la televisión es lo que vende. Si en la tele se ve más fútbol de hombres o más deporte de hombres, es más difícil para nosotras.

ENTREVISTA

El triunfo de la humildad

¿Si viésemos más golf en televisión tendría más seguimiento?

Ayudaría a que más gente se animase a coger un palo, a practicar más deportes. Si no lo ves, si no es popular es complicado que la gente juegue.

¿El golf se disfruta más jugando que viendo cómo se juega?

Jugando se disfruta más que viendo, sobre todo si no lo conoces.

Alguna vez ha dicho que el día que compare el golf con el trabajo, lo dejará.

El golf es mi trabajo, pero lo veo más como una diversión y el día que sufra dejaré de jugar. Intentaré hacer otra cosa que me divierta.

**«El día que sufra
dejaré de jugar»**

¿Y tendrá relación con el deporte?

Yo creo que sí. Me gusta mucho el deporte y yo creo que seguiré vinculada al deporte.

Para finalizar, ¿qué considera que le ha enseñado el golf?

El golf te mantiene humilde toda tu vida. Requiere mucha constancia, mucho esfuerzo. Mentalmente te pone a prueba. Me encanta porque hay que mejorar cada día y no es fácil. Es un deporte complicado. ■



Foto: Estudiando la trayectoria del put en su primera victoria LET en España.
Autoría: Cedida por Estrella Damm Mediterranean Ladies Open.

SU TRAYECTORIA EN LPGA	
2018	25 torneos, 9 entre las diez mejores.
	3ª en el US Open.
	7ª en el British Open.
2017	22 torneos, 7 entre las diez mejores.
	Compite en su tercera Solheim Cup representando a Europa.
2016	26 torneos.
	Gana sus dos primeros torneos de LPGA con un mes de diferencia.
2015	25 torneos.
	Su primer gran resultado con el segundo puesto en el Lorena Ochoa Invitational.
	Competed en su segunda Solheim Cup con el equipo europeo.
2014	23 torneos.
	Gana el UL International Crown con el equipo español.
2013	19 torneos, 2 top ten.
	Segunda en el Noth Textas LPGA Shootout.
	Compite por primera vez con el equipo europeo en la Solheim Cup.
2012	3 torneos, uno entre las 20 mejores.
	17ª en el British Open.
AMATEUR	
Campeona del British Open Amateur en 2007.	
Campeona de Europa en 2004 y 2008.	
Miembro del equipo europeo junior de Solheim Cup en 2005 y 2007.	
Miembro del equipo europeo junior de Ryder Cup en 2004 y 2006.	
Récord en la liga universitaria estadounidense al ser la primera jugadora que ganó consecutivamente dos temporadas, en 2009 y 2010.	



Carlota Ciganda Machiñena

- **2 victorias del LPGA Tour.**
 - 2016 LPGA KEB Hana Bank Championship.
 - 2016 CitiBanamex Lorena Ochoa Invitational Presented by Aeromexico and Delta.
- **4 victorias del LET Tour.**
 - 2012 Deloitte Ladies Open y China Suzhou Taihu Open.
 - 2013 UniCredit Ladies German Open.
 - 2019 Estrella Damm Mediterranean Open.
- **4 participaciones en la Solheim Cup, 2 victorias finales.**
 - 2013 Campeona, 2015, 2017, 2019 Campeona.
- **1 victoria en la UL International Crown.**
 - Ganó con el equipo español la primera edición en 2014.
- **Olímpica en Río 2016.**
 - Finalizó (T39).

Foto: Ciganda en su época amateur.
Autoría: Imagen cedida por la familia Ciganda.

REPORTAJE

El equipo referente

Fundación Osasuna Femenino

La temporada 2019-2020 será recordada por las futbolistas navarras como la temporada en la que empezó una nueva etapa hacia la élite del fútbol con el ascenso del Fundación Osasuna Femenino a la nueva liga Reto Iberdrola y la firma de un convenio de colaboración para la estructuración de las categorías femeninas de fútbol de Navarra.

Imágenes cedidas por Fundación Osasuna Femenino.

REPORTAJE

El equipo referente

El fútbol es el tercer deporte en sumarse al proyecto de la Fundación Miguel Induráin Fundazioa «*Hacia la cumbre del deporte*», siguiendo los pasos del baloncesto y el balonmano. Un total de dieciocho equipos se han adherido, hasta el momento, a un convenio que tiene al Fundación Osasuna Femenino como referente con el objetivo de llegar a la máxima categoría con una plantilla que atesore lo mejor del fútbol navarro.

Amigó, Ardoi, Baztan, Berriozar, Burladés, Cantolagua, Castejón, Cortes, Gazte Berriak, Iruntxiki, Itaroa

Huarte, Kirol Sport, Lagunak, Lourdes, Marcilla, Mutilvera, Universidad de Navarra y Zarramonza son los clubes que, junto al Fundación Osasuna Femenino, caminarán hacia la cumbre en el fútbol. Con el respaldo de la Federación Navarra de Fútbol y el Instituto Navarro del Deporte, a través de la Fundación Miguel Induráin Fundazioa, este convenio apuesta por las mejores futbolistas navarras. El equipo rojillo tendrá preferencia en los fichajes de jugadoras de los clubes adheridos al acuerdo, comprometiéndose a dinamizar las categorías femeninas navarras

mediante la organización de torneos y actividades, y colaborar con los conveniados en la formación y asesoramiento de los cuerpos técnicos de sus equipos.

El Fundación Osasuna Femenino, club que milita actualmente en la liga Reto Iberdrola, segunda categoría del fútbol nacional, se creó en mayo de 2016 como un proyecto que quería apostar por ellas integrando en la estructura a otros siete clubes forales: Burladés, Iruntxiki, Kirol Sport, Berriozar, Ardoi y Zarramonza como patronos y Lagunak y Gazte Berriak como colaboradores.



Foto: Representantes de los clubes en la firma del convenio de estructuración.
Autoría: Federación Navarra de Fútbol.

REPORTAJE

El equipo referente

La trayectoria vital de varias jugadoras de la plantilla actual rojilla refleja la necesidad que existía de reestructurar la categoría femenina en la comunidad foral. Muchas tuvieron que peregrinar de uno a otro equipo o irse fuera de Navarra a jugar por falta de equipo.

Es el caso de la actual capitana, **Mai Garde Echalecu** (Pamplona, 1987). Su historia es la de muchas niñas que han tenido que ir de un club a otro buscando la forma de poder practicar el deporte que más les gustaba. La afición por el fútbol se la inculcó su padre, a ella y a sus dos hermanas, a las que hizo socias del Club Atlético Osasuna y las llevaba a verle jugar partidos en el Bosco.

«Empecé a jugar en el colegio. Ninguna chica jugaba. No existía ni la ficha femenina. Teníamos 6 o 7 años y entrenábamos todos juntos, pero los domingos no podíamos jugar con los chicos. Era una normativa tan asentada que yo la veía hasta normal. Tuve la suerte de que el Burladés salió con equipo femenino de fútbol sala y desde los ocho años estuve jugando en la liga navarra. Con diez años, me llamaron del Amaya y empezamos a ganar ligas navarras de fútbol sala. De ahí salté al Regional con el Amaya y al año siguiente subí al primer equipo en Segunda División. Pero nadie apostaba por el femenino y casi todas las jugadoras dejamos el club. Con 19 años me fui al Lodosa, que acababa de ascender a Segunda».



Foto: Mai Garde preparando un pase ante el Sporting de Gijón.

REPORTAJE

El equipo referente

La suerte no acompañó a Garde en esa temporada porque se rompió el peroné el mismo día de su cumpleaños, un 26 de octubre. Dos operaciones, una temporada perdida y el club por el que había fichado descendiendo. Pero no todo iba a salir mal.

«Me llaman del Mariño de Irún y, por primera vez, me ofrecen algo de dinero, una ayuda al mes para pequeños gastos. Me llaman a mí y otras cuatro jugadoras de Pamplona que organizamos un coche para subir tres días a la semana a Irún a entrenar, más el día de partido».

Solo duró una temporada porque llega la ansiada llamada de Osasuna. *«Para mí, fue la mayor alegría porque era lo que soñaba desde pequeña. Estuve dos años seguidos en Segunda. El primer año con un buen equipo, pero se notaba en el ambiente que no se apostaba por nosotras. Había días que no teníamos ni campo para entrenar. Veníamos de equipos tan pobres que no nos llamaba la atención jugar en arena, pero sí nos chocaba la diferencia con el masculino».*

«Al final de temporada decidimos romper. No había ninguna aspiración ni interés por nosotras. Con las frases célebres del entonces presidente Izco te puedes imaginar cómo nos trataba. Si nos lesionábamos, el médico nos daba un ibuprofeno y a casa».



Foto: Lorena Herrera disputando un balón ante el Alavés.

Una mala experiencia que iba a olvidar pronto. *«Nos llama el Lagunak, y te puedes imaginar: ¡jugar en Primera! Debuté en Lezama contra el Athletic de Bilbao en la Copa de la Reina. Conseguimos la permanencia con un equipo que era el noventa y nueve por ciento navarro»*, recalca Garde.

«Ahora nos sentimos futbolistas»

Y de nuevo, toca reinventarse. *«El Lagunak prácticamente se desintegra porque el apoyo económico es poco. Me llaman del Orvina de Primera de fútbol sala y cambio de deporte».* Después de dos años en el Orvina y tres en el Txantrea de fútbol sala llega otra vez la llamada del nuevo Fundación Osasuna Femenino. *«Ahora entras en Tajonar y te sientes parte del club. La junta directiva es muy cercana. Antes éramos un cero a la izquierda. Muniain (vicepresidente del club) viene a vernos al entrenamiento, se desplazan a los partidos de fuera. Tienes la sensación de que te aprecian y que creen en ti. Osasuna está siendo referente. Ahora nos sentimos futbolistas y valoran y aprecian lo que hacemos».*

REPORTAJE

El equipo referente

Mai Garde tuvo la oportunidad de cumplir otro sueño, jugar en El Sadar, verse en el lugar en el que siempre había visto al equipo masculino. El Fundación Osasuna Femenino jugaba frente al Eibar por el ascenso a Liga Iberdrola. El estadio presentaba un aspecto de gala, con 10.250 personas animando a las rojillas. *«Es un momento con el que sueñas toda la vida. Es muy difícil de explicar, salir al campo es algo más que cumplir un sueño. El día del Eibar solo pensaba que todos los malos ratos, el ir de un equipo a otro, las lesiones... merecieron la pena por ese día».*

La imagen del Sadar es el retrato de la evolución que han vivido las futbolistas en estos últimos años. *«Ha sido un salto enorme desde que Iberdrola patrocina, partidos en televisión, desde que los medios se interesan y cuentan nuestras vivencias... Dar visibilidad ha demostrado que sí interesamos, tanto nosotras con 10.000 personas en el Sadar o esta temporada casi 30.000 personas en Anoeta en el derbi vasco».*

«Tengo un contrato por primera vez en mi vida»

Las condiciones también han cambiado de forma radical. Viajan con el autobús del primer equipo, juegan en campo de hierba en Tajonar, vestuario propio, ropa de juego personalizada. El club les proporciona fisioterapeutas, médicos y un seguro médico externo con la Clínica Universitaria. Y lo que es más importante, todas tienen un contrato laboral y seguridad social. *«Las jugadoras son profesionales en la mayoría de equipos de Primera. Aquí todas trabajamos y cuando salimos del trabajo vamos a entrenar a Tajonar a las 19.30h, cuatro días a la semana. Ese horario nos permite a todas*



Foto: El equipo entrenando en Tajonar.

compaginar estudios y trabajo. Nosotras aún somos semiprofesionales: ahora mismo estamos cobrando, pero no podemos vivir de ello. Tengo un contrato laboral por primera vez en mi vida, con 29 años, y llevo desde los ocho dedicada al fútbol. Pero tengo muchas compañeras de mi quinta que no lo han podido vivir porque se han retirado».

**«El fútbol es nuestro trabajo,
pero también nuestra distracción»**

Mai Garde es socorrista y monitora de natación en el Aquavox. Trabaja invierno y verano, a la vez que es futbolista. Una duplicidad que se da en casi todas las jugadoras del equipo. La centrocampista **Leire Fernández Sánchez** (Pamplona, 1992) estudió Magisterio, graduándose en Educación Primaria. Este verano opositó para ser maestra y ahora trabaja en un colegio con alumnado de cinco y seis años cubriendo una baja. Sale del centro educativo y se va a entrenar. Para ella el fútbol *«es nuestro trabajo pero también nuestra distracción. Nos sirve para desconectar»*.

Fernández ha sido uno de los fichajes de casa en la presente temporada. Ella empezó con once años en



Foto: Leire Fernández celebrando un gol.

REPORTAJE

El equipo referente

fútbol 7 con Osasuna. De los catorce a los quince estuvo cedida al San Juan, porque no había ningún equipo intermedio en la entidad rojilla y hasta los dieciséis no podía jugar en Segunda. Cuando regresó a Osasuna (2008), vivió la otra cara de la moneda. *“No teníamos director deportivo, no teníamos fisio, ni acceso a gimnasio. Descendimos a Regional. Se habló de crear una liga cadete, pero solo estábamos ocho equipos. Jugamos hasta navidades y de navidades a junio, jugamos con equipos masculinos con chavales de unos catorce años. Al principio a los clubes contra los que jugábamos no les gustaba la idea de jugar contra nosotras. Quedamos campeonas y les sentó bastante mal. Ellos eran más rápidos y fuertes, pero nosotras éramos más tácticas y técnicas. Se enfadaban más de lo normal, fueron siempre correctos, pero no les hizo ninguna gracia».*

Vieron que esa liga cadete no llevaba a ningún lado y se inscribieron de nuevo en categoría Regional. El ascenso a Segunda llega de nuevo en 2010, pero no los apoyos. Dos años en precario que terminan para Leire Fernández en 2013, con la llamada del Zaragoza para jugar en Primera división. *«Fue difícil. nunca me había ido de casa. Soy muy familiar y me costó bastante hacerme. Tenía que probar si valía para jugar en Primera porque en Osasuna siempre había destacado».*



Foto: Miriam Rivas intentando superar el medio campo de las Gloriosas.

REPORTAJE

El equipo referente

Un valor que rápidamente fue apreciado porque al término de esa temporada (2013-2014) llega la oferta de la Real Sociedad. «La Real es un club con mucha historia, con más facilidades económicas para apostar y mejores instalaciones. Decidí cambiar. La diferencia fue abismal, el Zaragoza era un club familiar, en la Real contaba con instalaciones, cuerpo médico, gimnasio... fue un cambio brutal. Pasé de un campo en el que no hay ni gimnasio a tenerlo todo. Nos lavaban la ropa, el médico estaba disponible las veinticuatro horas, el fisio siempre que quisiera y esas son cosas que te hacen trabajar mejor. Ahí es donde ves que apuestan y creen en nosotras».

**«Hace años
esto era inviable»**

Fernández defendió los colores donostiarras durante cuatro temporadas, tiempo en el que tuvo ocasión de vivir grandes momentos como jugar en el mítico estadio de Anoeta el derbi vasco. «Soy de Osasuna a muerte, pero cuando entras a un campo en el que hay 21.000 personas animando y suena el himno de la Real, se te pone la piel de gallina».



Foto: Leire Fernández protegiendo el balón ante la defensa sportinguista.

Diferencias en la negociación económica le llevaron a fichar por el Eibar, en Segunda división. «Lo pasé bastante mal, por la diferencia de nivel del fútbol con el resto de compañeras. En un Segunda no todo el mundo se dedica

por completo al fútbol, el compromiso es distinto, una estudia, otra trabaja. Tienen otros objetivos y aspiraciones y eso se nota en el campo, al entrenar y al jugar. Eso más el nivel de los clubes contra los que jugábamos».

REPORTAJE

El equipo referente

Después de esta experiencia regresó a casa. *«Vi que el club de mi vida sí apostaba por nosotras, fue lo que me hizo querer volver. Ahora vamos todos los días al gimnasio, cosa que antes no teníamos. Lo mismo con el preparador físico, tenemos un nutricionista y un seguro médico aparte. Yo me rompí la rodilla cuando estaba en el antiguo Osasuna y me tuve que operar y hacer la rehabilitación por mi cuenta. En el terreno deportivo hay un buen equipo y se puede llegar a hacer algo. Hace años esto era inviable. Ahora hay más equipos, más chicas que jueguen a fútbol y esto ha hecho subir el nivel. La nueva categoría es complicadísima. No puedes bajar los brazos en ningún partido»*, asegura Leire Fernández.

«Ahora entras en Tajonar y te sientes muy parte del club»

Para Fernández, el verdadero cambio se ha dado en las condiciones laborales. *«Todas tenemos contrato. En el Eibar también tenía contrato, pero no toda la plantilla lo tenía. Eso crea diferencias y mal ambiente en el vestuario. Aquí, al tener todas contrato, ninguna se siente minusvalorada, independientemente de lo que cobre cada una»*.

Otro de los fichajes de la casa en la presente temporada ha sido el de la internacional **María Blanco Armendariz** (Mutilva, 1999). Para esta estudiante de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, el fútbol siempre ha formado parte de su vida: *«doy patadas a un balón desde que tengo uso de razón. Con cuatro años jugaba con chicos un año mayores, hasta que llegué a Fútbol 7 en la Mutilvera»*.

Su pasión por este deporte le ha llevado al máximo nivel, como jugadora de Primera División e Internacional con la selección Sub-17, con la que consiguió un

subcampeonato de Europa y un bronce en el Mundial de Jordania. Todos estos logros llegaron después de un peregrinaje por distintos equipos: Oberena, Osasuna Regional, Kirol Sport, Mulier... *«Jugué en Regional porque era pequeña para ir al equipo de categoría nacional, y cuando cumplí la edad, Osasuna había desaparecido y se creó el Mulier»*.

Su carácter abierto y extrovertido le ha permitido moverse e integrarse con facilidad en las plantillas y adaptarse a los cambios, porque con diecisiete años el Athletic de Bilbao se interesó por ella y la fichó para



Foto: El Sadar abrió sus puertas para el Fundación Osasuna-Eibar en la temporada 18-19.

REPORTAJE

El equipo referente

jugar con el primer equipo, aunque no tuvo suerte con las lesiones. «Mi primer partido con el Athletic fue la final de la Copa Euskal Herria y después llegó el debut en Primera división, pero tras ese primer partido me fui con la selección Sub-17 al Mundial de Jordania y me lesioné la rodilla derecha». 7 de octubre de 2016, recalca. «Acabé la temporada 16-17 con el equipo B. Al año siguiente empecé con ficha A, pero mi lesión no estaba bien recuperada y continué jugando con el B, hasta que me volví a lesionar en marzo de 2018».

«Osasuna es un equipo que nunca se da por vencido»

Después de tres temporadas en la disciplina rojiblanca, Blanco regresaba este verano a casa. «Me costó tomar la decisión por los estudios. Cuando Osasuna me dijo que tenía una plaza, a nivel deportivo no me lo pensé, no tuve dudas, pero sí tuve que sopesar los estudios. Durante todo el verano mantuvimos conversaciones, pero la universidad me daba dolores de cabeza. Con 17 años me fui al Athletic y terminé Segundo de Bachillerato en Bilbao. Al año siguiente empecé los estudios de CAFYD, en la Universidad de Deusto. En Pamplona no existe esta carrera. Tenía que



Foto: María Blanco controlando un pase.

pedir traslado a Vitoria y me encontré con que no me convalidaban varias asignaturas. De veinte asignaturas aprobadas, solo me querían convalidar ¡siete! Ahora tengo asignaturas de tres cursos distintos. Los estudios son muy importantes para mí, pero pesaba más volver a casa, volver a jugar en Osasuna. Cada mañana me levanto temprano, a las 6.45h, voy a Vitoria a la facultad

y regreso por la tarde para entrenar en Tajonar. Además, jueves y viernes entreno a unos niños justo antes del entrenamiento, que es una de las opciones que ahora te da el club».

Blanco pertenece a la llamada Generación Z, en la que se encuentran hasta diez futbolistas de la primera

REPORTAJE

El equipo referente



Foto: Celebrando un gol especial ante la afición en El Sadar, en la temporada 18-19.

plantilla rojilla. Ellas son el futuro y empiezan a llamar la atención de las selecciones nacionales inferiores como la Sub-17 **Sara Carrillo**, o la Sub-16 **Karolina Sarasua**, jugadora del equipo B que además de brillar en el fútbol ha sido cuatro veces Campeona de España de Muay Thai en distintas categorías.

La juventud de estas jugadoras no ha sido un impedimento para alcanzar cotas que formaban parte de sus mejores deseos. María Blanco tiene dos momentos en su carrera que nunca va a olvidar. «*La primera vez que me llamó la española, me pinchaba por si estaba soñando. Es una experiencia que ojalá todo el mundo pudiese vivir. Son momentos inolvidables. Cada concentración suelen ser tres días en los que solo hay fútbol, fútbol y fútbol. Ahí te das cuenta de lo privilegiada que eres, porque de entre todas las chicas que juegan al fútbol, te han elegido a ti. Es un sueño que tienes desde pequeña, que lo ves muy, muy lejos y al final llega porque he estado en un Europeo y un Mundial Sub-17. Tengo muchos sueños, pero uno sigue siendo volver a la selección, con las mejores jugadoras de Europa y del mundo*».

El segundo momento que tiene grabado en su memoria corresponde a su fichaje por el Athletic. «*No imaginé que podía llegar tan arriba. El debut en Primera no lo voy a olvidar nunca. Es lo que soñaba y lo he cumplido.*

Cuando pasan los años, te lesionas, te operan y te das cuenta de lo que has conseguido, porque hay muchas como tú que no han llegado».

Para que otras puedan llegar, el Fundación Osasuna Femenino se ha convertido en el equipo referente, con un convenio que Blanco valora muy positivamente. «Yo me tuve que ir de Osasuna porque quitaron el equipo. La estabilidad que puede dar ahora un equipo referente es muy importante para las niñas. Cuando eres muy pequeña y tienes que estar cambiando de equipos porque no cuentan con el femenino, es un problema. Yo era muy pequeña cuando dejé el antiguo Osasuna, tenía diez años. Con esa edad no te das cuenta de lo que pasa, de los problemas que hay. Ahora te pones a pensar y la tranquilidad que da saber que el club cuenta contigo, que procura que no te falte de nada, que tengas campo, ropa, viajes, hoteles. Esto es lo que antes nos faltaba. No puedes estar tranquila en un club que no sabes si cuando termine la temporada te va a despachar porque no continúa. Saber ahora que hay un club que cuenta con nosotras es un punto positivo».

María Blanco sueña ahora con subir a Primera con el Fundación Osasuna Femenino. «*Tenemos plantilla para subir. Un vestuario muy bueno, con ambiente muy positivo. Terminas el entrenamiento, vas a las duchas y te echas*

REPORTAJE

El equipo referente

unas risas y eso es muy importante porque se reflejan en el campo las buenas vibraciones. Osasuna es un equipo que nunca se da por vencido y se nota, porque eso nos va a hacer ganar los partidos».

Unas buenas vibraciones que son una realidad no ya por los resultados que han acompañado al equipo al inicio de temporada, sino por los firmes pasos que el club está dando para que ellas crezcan. El mejor ejemplo es el de **Maidar Irisarri Cuadrado** (Pamplona, 1988), la primera futbolista española embarazada en activo. Ella dejó de jugar para no poner en peligro su embarazo, no porque su club tuviese ninguna cláusula al respecto, al contrario. Irisarri jugó su último partido la temporada pasada, embarazada de doce semanas, dio a luz el pasado mes de agosto y se reincorporará a la disciplina del equipo a principios de 2020.

Irisarri lleva jugando a fútbol desde los catorce años. Se inició en el fútbol sala, en el Berriozar y después llegó a Osasuna donde jugó hasta que desapareció. Coincidió también con su marcha a León donde cursó Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y aprovechó para seguir jugando en el León FF. Con la carrera terminada regresó a Pamplona en 2012, al Lagunak. Al año siguiente volvía a Osasuna, pero solo duraría una temporada porque el club deshacía

el equipo femenino. Fue el momento de la creación del Mulier, donde jugaría dos temporadas, hasta que aparece el nuevo Fundación Osasuna Femenino. Irisarri se suma al nuevo proyecto en la antigua Segunda división y en su segunda temporada, 2018-2019, consigue el ascenso a Reto Iberdrola.

La temporada del ascenso coincide con el embarazo de Irisarri una noticia a la que el club reaccionó con naturalidad, «cuando lo comuniqué todo fueron felicitaciones y alegría. Aunque tampoco sabíamos qué hacer porque no existe un protocolo y es necesario ya. Yo estuve jugando hasta cumplir los tres primeros meses de embarazo momento en el que hablé con el club y el entrenador. Osasuna me ha apoyado en todo, sigo teniendo mi lugar, tengo mi ficha... pero hay un gran desconocimiento en este mundo. Ni con el embarazo, ni en el post parto se sabe qué hacer. Me dieron la baja por riesgo hasta que di a luz y después dieciséis semanas por maternidad. Durante todo el embarazo me mantuve activa hasta el último día. Soy licenciada en CAFYD y eso me ha ayudado a saber qué tipo de ejercicio hacer».

Maidar Irisarri buscó ayuda fuera para poder cumplir dos sueños, ser madre y jugar a fútbol. Se mantuvo activa hasta el último día de embarazo, pero al ser la

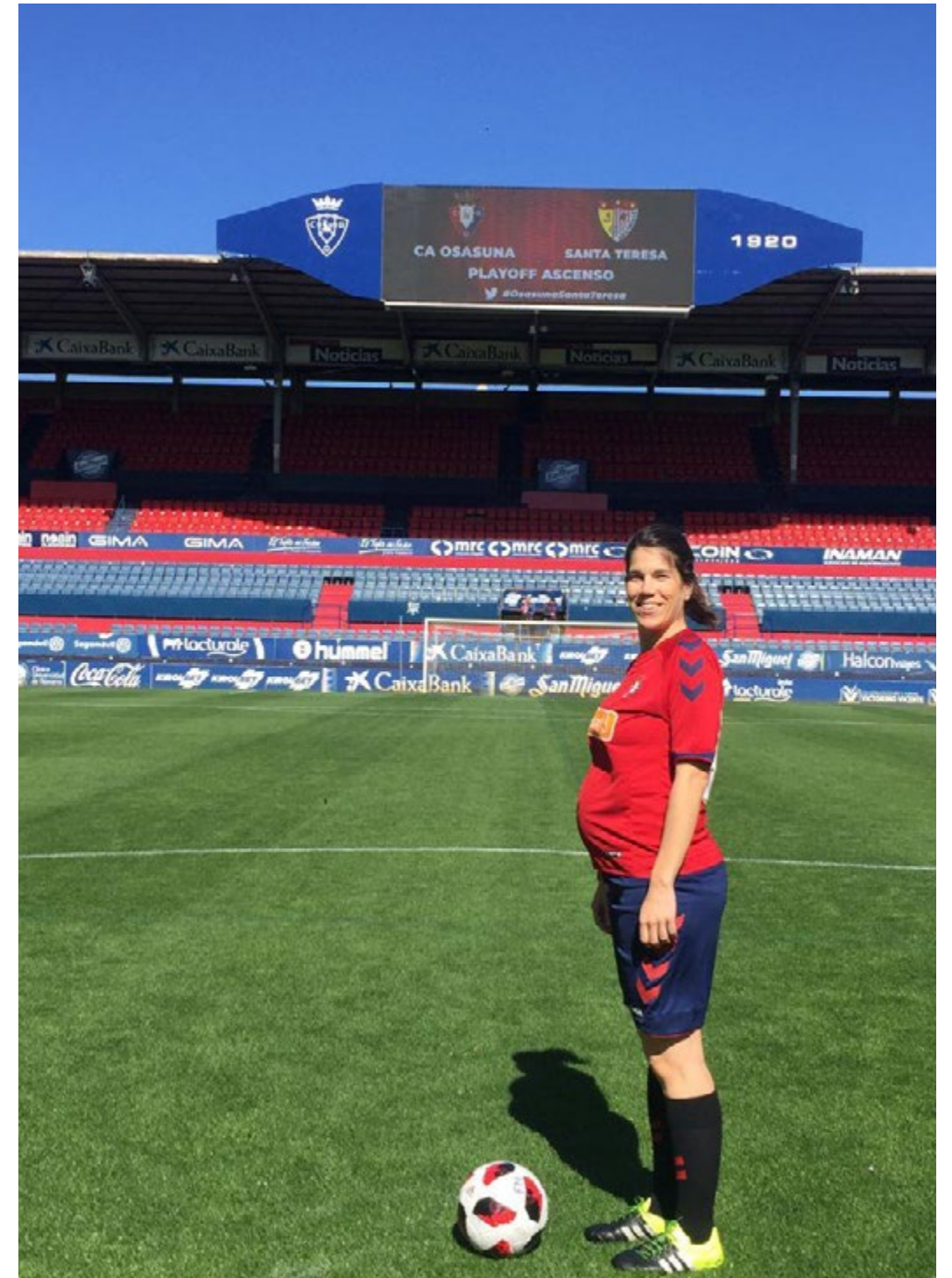


Foto: Maidar Irisarri, primera futbolista embarazada en activo.

REPORTAJE

El equipo referente

primera futbolista embarazada dentro de la disciplina del club nadie sabía cómo preparar el proceso. «Tras el parto comencé la recuperación y he ido acortando plazos hasta tal punto que ya podría estar entrenando con el grupo. Lo cierto es que ahora empezaré una pequeña pre-temporada, porque son muchos meses fuera de competición, aunque llevo dos meses trabajando por mi cuenta con una especialista en post-parto, Lidón Soriano».

Irisarri recuerda la necesidad de que exista un convenio colectivo y un protocolo que te ayude en un proceso en el que hasta ahora no hay precedentes. «En el embarazo el cuerpo sufre mucho y si lo quieres recuperar para volver a competir, para llevarlo a un rendimiento, tienes que trabajarlo y reeducarlo. Y no hay nada escrito, no es un cruzado, no es un esguince, no es una rotura de fibras...».

El siguiente paso será compaginar su trabajo como maestra de Primaria en un colegio, con sus entrenamientos y con la lactancia. Ella sigue con atención la andadura de su equipo en esta nueva liga Reto Iberdrola. No se pierde ningún partido en Tajonar, ni ella, ni su hijo que acude al campo con la camiseta rojilla que le regalaron sus compañeras de equipo y cuenta los días para poder volver a competir. ■



Foto: El equipo unido tras el empate contra el Alavés en la 9ª jornada.

Fundación Osasuna Femenino

- Año de creación: 2016.
- Patronato actual formado por:
 - 15 patronos.
 - 8 representantes de Osasuna (6 de la Junta Directiva, socio-compromisario y socio-patrocinador).
 - 7 clubes (Ardoi, Berriozar, Burladés, Gazte Berriak, Kirol Sport Iruntxiki, Zaramonza).
- Presidente del Patronato: Luis Sabalza Iriarte.
- Presidente del Club: Cesar Muniain Irurita.



PALMARÉS DEPORTIVO

TEMPORADA 2016/2017: Dos equipos

TERRITORIAL NAVARRA	Campeón.
	Ascenso a Segunda División Nacional.
TECNIFICACIÓN INFANTIL	Participación en 4 torneos Nacionales, con dos victorias finales, un tercero y un cuarto puesto.

TEMPORADA 2017/2018: Tres equipos

2ª DIVISION NACIONAL FEMENINA	4º clasificado Grupo III.
TERRITORIAL NAVARRA	3º clasificado.
TECNIFICACION INFANTIL	Participación en 8 torneos Nacionales e internacionales, con 4 primeros puestos, tres segundos y un tercero.

TEMPORADA 2018/2019: Tres equipos

2ª DIVISION NACIONAL FEMENINA	Campeón. Fase Ascenso a Liga IBERDROLA. (Primera división).
	Ascenso a liga RETO IBERDROLA (nueva Segunda división).
	Reconocimiento por parte del Ayuntamiento de Pamplona.
	Reconocimiento por parte del Gobierno de Navarra.
	Reconocimiento de la Delegación del Gobierno.
	Cofrades del Vino de Navarra.
TERRITORIAL NAVARRA	Cofrades del Queso del Roncal.
	Campeón.
TECNIFICACION INFANTIL	Ascenso a Primera Nacional.
	Participación en 8 torneos Nacionales e internacionales, con 3 primeros puestos, cuatro segundos y un cuarto.

TEMPORADA 2019/2020: Tres equipos

Equipo A	Liga RETO IBERDROLA (Segunda división).
Equipo B	Primera Nacional.
TECNIFICACIONES	



Fila superior: Ainhoa Simón, Lorena Herrera, Miriam Rivas, Nerea Salinas, Celia Ochoa, Marian Pueyo, Nerea Tellería, Josune Urdaniz, Amaia Unzu, Gurutz Iriarte.
Segunda fila: David Rivera, Lidia Alén, María Blanco, Oihane Gil, Mikel Bakaikoa, Luis Sabalza, César Muniain, Maider Irisarri, Mai Garde, María Aizcorbe, Carlos Piñar.
Primera fila: Sara Carrillo, Iara Lacosta, Nerea Valeriano, Vanessa Rodríguez, Jaione Larraiotz, Maitane Zalba, María Sampalo, Garazi Facila, Patricia Zugasti, Leire Fernández, Aitana Zumárraga.

PLANTILLA 2019/2020

NOMBRE Y APELLIDOS	F. NAC.	POSICIÓN	DORSAL
SAMPALO PÉREZ, María	05/12/1999	portera	1
LARRAIOTZ SENOSIAIN, Jaione	03/08/1999	portera	31
ZALBA IRAÑETA, Maitane	17/01/2000	portera	25
FACILA GIRALTE, Garazi	25/10/1999	defensa	3
GARDE ECHALECU, Maite	26/10/1987	defensa	5
GIL MONREAL, Oihane	18/12/1981	defensa	2
PUEYO ARIAS, Marian	06/04/2000	defensa	19
TELLERIA OCHOA, Nerea	25/10/1998	defensa	20
URDANIZ MAURIN, Miren Josune	26/03/1993	defensa	4
ZUMÁRRAGA GARDE, Aitana	12/06/2001	defensa	21
ALEN FERNANDEZ, Lidia	17/09/1993	centrocampista	6
RIVAS PINTO, Mirian	28/02/1990	centrocampista	7
VALERIANO MARTINEZ, Nerea	12/05/1997	centrocampista	8
RODRIGUEZ IRIBARREN, Vanessa	13/10/1992	centrocampista	16
OCHOA IBAÑEZ, Celia	18/01/2000	centrocampista	23
AIZCORBE ILARDUYA, María	14/01/2000	centrocampista	12
CARRILLO MORENO, Sara	20/08/2002	delantera	9
HERRERA PERALES, Lorena	18/11/1995	delantera	11
IRISARRI CUADRADO, Maider	18/01/1988	delantera	14
LACOSTA SANCHEZ, Iara	08/11/2001	delantera	24
SALINAS MURUZABAL, Nerea	29/08/2001	delantera	28
ZUGASTI OSES, Patricia	07/08/2000	delantera	10
BLANCO ARMENDARIZ, María	15/08/1999	delantera	17
FERNANDEZ SANCHEZ, Leire	23/01/1992	delantera	15
BAKAIKOA MANZANO, Mikel	07/08/1981	entrenador	
IRIARTE GABARRUS, Gurutz	28/08/1989	segundo entrenador	
SIMON GARCIA, Ainhoa	09/10/1985	delegada	
RIVERA SANCHEZ, David	29/03/1988	preparador físico	
UNZU OLAIZ, Amaia	08/11/1992	fisio	
PIÑAR CARRASCO, Carlos	01/08/1973	entrenador porteras	

REPORTAJE

El equipo referente



Convenio para la estructuración del fútbol

- Fundación Osasuna Femenino es el equipo de fútbol referente en Navarra.
- Al menos un 50% de la plantilla del primer equipo estará formada por jugadoras de la Comunidad Foral.
- Fundación Osasuna Femenino recibirá una ayuda de quince mil euros por parte de la Fundación Miguel Induráin Fundazioa.
- El equipo referente colaborará en:
 - formación y asesoramiento de los cuerpos técnicos de los clubes convenidos
 - dinamizar el fútbol femenino en Navarra organizando torneos y actividades
 - priorizar la formación de jugadoras navarras
- El convenio tendrá un año de vigencia, hasta octubre 2020.



PIONERAS

Una atleta de récord

Goya Ferrer Sancho (Zaragoza, 1963)

Goya Ferrer fue la primera atleta navarra olímpica. La velocista de Pamplona participó en los Juegos de Barcelona en 1992, iniciando un camino en la élite del atletismo que siguieron otras navarras como Marta Mendiá, Idoia Mariezkurrena, Estela Navascúes, Izaskun Osés, Maitane Melero y muchas más. Una senda que ahora continúa recorriendo como entrenadora de jóvenes promesas navarras a las que entrena en el Grupompleo Pamplona Atlético.

Foto: Barcelona 1992. Autoría: Cedida por Goya Ferrer.

PIONERAS

Una atleta de récord

Aunque en su partida de nacimiento figura Zaragoza como su ciudad natal, Gregoria Ferrer es natural de Pamplona, donde se forjó como atleta desde las aulas del Colegio Federico Mayo, para iniciar una carrera deportiva que todavía hoy sigue vigente con tres plusmarcas nacionales que en veintiocho años nadie ha podido batir.

El atletismo fue su deporte desde el primer día, aunque reconoce que en su época las opciones eran limitadas: *«Con trece años no había mucha oferta para las mujeres en Navarra, o hacías baloncesto o hacías atletismo y poco más. A mí me gustaba correr, disfrutaba corriendo. Tenía una profesora de Educación Física que se involucraba mucho, nos llevaba a competir... Fue ella la que se preocupó de traer al colegio un monitor-entrenador del Amaya y ahí empezó todo».*

La implicación de esta profesora permitió a Goya Ferrer descubrir un deporte para el que tenía talento. Los entrenadores detectaron enseguida el potencial de la joven atleta y la llevaron a entrenar al club Amaya, con Alejandro Ruiz.

Recuerda que en aquel momento ya existía un buen grupo de mujeres entrenando: *«Había cuatro o cinco atletas que competían con la selección española en su*

categoría: Mercedes Hualde, Marta Goñi... Un grupo de chicas del colegio Santa Catalina que participaron en el

concurso de televisión de los sábados por la mañana y ganaron. Había nivel en Pamplona».



Foto: Goya Ferrer en sus inicios con María Fernández , Yolanda Urdiain e Isabel Valecia.
Autoría: Cedita por el Club Grupompleo Pamplona Atlético.

PIONERAS

Una atleta de récord

Pronto llegarían los primeros resultados. Un talento innato y su constancia entrenando darían sus frutos. *«Los récords empezaron a caer: récord navarro de 400 m., de 200 m., y me seleccionan para el Campeonato de Europa Junior, me llevaron para correr la prueba de 200 metros y batí la plusmarca nacional de la categoría. Ahí empieza mi etapa en el alto nivel hasta llegar a categoría absoluta en 1982, siendo junior todavía porque tenía dieciocho años, pero entré en el relevo de 4x400 m.».*

Los récords de España caían a su paso, llegó a batir cinco plusmarcas nacionales en pruebas de 200 metros y relevos 4x200 m en pista cubierta, y con el 4x400m. tanto al aire libre como a cubierto. Las medallas comenzaban a acumularse, hasta llegar a un total de veintitrés medallas en campeonatos de España, desde categoría juvenil hasta absoluta, siempre en pruebas de velocidad. La competición internacional empezaría pronto participando en el Campeonato de Europa Junior en 1981 y saltando al año siguiente a la élite para competir en Copas de Europa, Juegos Iberoamericanos, Copas del Mundo, Juegos del Mediterráneo (bronce con el relevo 4x400 m.), Campeonatos del Mundo al aire libre y en pista cubierta y, finalmente, en los Juegos Olímpicos de Barcelona'92.

Para ella solo había un secreto para estar en la élite: entrenar y entrenar. Toda su carrera como atleta la desarrolló en Pamplona, a excepción de un año que se fue becada a la Residencia Blume de Madrid. *«No funcionó. Tuve lesiones. No me adaptaba. Preferí volver a Pamplona con mi entrenador de siempre. El ambiente en Madrid era bueno con grandes atletas como Enriqueta Díaz, la plusmarquista de peso; Amaia Andrés de 800 m., Mónica Calvo... Había muchas fondistas en Madrid y en el grupo que yo entrenaba estaba Blanca Lacambra, Cristina Pérez... Pero no me adapté. No llevé bien el ambiente y tuve lesiones. Verme lejos de casa, sin poder correr, ni entrenar me hicieron imposible mantenerme en Madrid. Si no hubiera tenido lesiones...».*

«Nosotras no existíamos»

Intentó compaginar el atletismo con los estudios y no fue tarea fácil. *«No daban facilidades. No permitían cambiar exámenes, ponían faltas de asistencia cuando teníamos una competición o una concentración. Era muy complicado. Había más atletas que estudiaban y sacaban carreras, pero en aquel momento aposté por el atletismo».*



Foto: Ferrer cogiendo el testigo en las series de Barcelona 1992.
Autoría: Cedida por el Club Grupompleo Pamplona Atlético.

Goya Ferrer fue la primera mujer del atletismo navarro que participó en unos Juegos Olímpicos, un hito al alcance de muy pocas deportistas. *«Parece que es fácil, pero fue muy duro. Yo estuve toda una vida entrenando para ir a unos Juegos Olímpicos. Es la ilusión que tienes. Todos tenemos el mismo objetivo, ir a unos Juegos».*

PIONERAS

Una atleta de récord

Es lo que quieres hacer y es lo que quieres ser (olímpica). He estado en campeonatos del mundo, campeonatos de Europa, pero unos Juegos... es otra historia».

«La competición no empieza cuando dan el pistoletazo de salida»

Ferrer hizo la preparación olímpica en Pamplona. Cuatro años de entrenamiento para preparar unos Juegos que eran en casa, pero a los que sólo podían acceder aquellas atletas que tuvieran la mínima marcada por la federación española y la federación internacional. Justo un año antes de la cita olímpica, el 1 de septiembre de 1991, marcaría un récord que parece inasequible pues en veintiocho años nadie ha conseguido batirlo. Junto a Sandra Myers, Julia Merino y Blanca Lacambra compitió en la final de los 4x400 m relevos en los Campeonatos del Mundo de Tokio. Aquella calurosa tarde de septiembre, con un Estadio Olímpico rozando los 30 grados de temperatura, Goya Ferrer entraba en el cuarteto que debía disputar la final.

La víspera, Esther Lahoz había ocupado su puesto en la eliminatoria estableciendo un nuevo récord de España y



Foto: Goya Ferrer junto al grupo de atletas a los que entrena.
Autoría: Cedida por el Club Grupompleo Pamplona Atlético.

PIONERAS

Una atleta de récord

clasificando al equipo para la lucha por las medallas con un tiempo de 3.29.12. El día de la final, sería Goya Ferrer la que tomaría la última posta rebajando la plusmarca nacional en casi dos segundos: 3.27.57, que todavía es el récord actual de la distancia.

Llegar a este nivel es fácil para ninguna atleta. *«Sacrificas mucho. Yo antepuse el atletismo a los estudios. Nadie me dijo que lo tuviese que dejar. En realidad, no dejé nada porque correr era lo que quería hacer y mi objetivo eran los Juegos. Lo que hay que tener en cuenta son las horas de entrenamiento, mucho*

esfuerzo, muchas competiciones... Para ir dependes de que tienes que hacer la mínima, pero luego tienes que encontrarte bien, no puede haber lesiones, no puedes tener un catarro... Para los Juegos de Seúl (1988) me lesioné unos meses antes y no fui. Tienes que esperar otros cuatro años. Te lo juegas todo en poco tiempo».



Foto: Copa del mundo, Barcelona 1989.
Autoría: Cedida por Goya Ferrer.

PIONERAS

Una atleta de récord

Ferrer hace hincapié en la importancia de valorar el camino a una competición. Toda la entrega y esfuerzo necesario para, simplemente, conseguir estar en un campeonato, una de las facetas del deporte que muchas veces desconoce la sociedad. *«El público no lo valora, porque no lo conoce. Esto no es decir me apetece ir a unos Juegos, si vas es porque te lo has ganado, nadie te regala nada. Hay mucho esfuerzo detrás del que no se habla. Barcelona '92 fue un punto de inflexión porque la televisión empezó a dar mucha información. Pero los primeros días nos atacaron mucho. Nos reunimos los atletas, nos organizamos un poco y les hicimos ver que no estábamos en Barcelona porque era gratis, sino porque había un esfuerzo de muchos años. Se tiene que valorar, lo hagas como lo hagas. Solamente estar allí ya es muchísimo. No son solo las medallas, es llegar. Son importantes las medallas, los resultados, pero todos los atletas comentan lo mismo, el esfuerzo para llegar es impresionante y hay que valorarlo. Estoy hablando de 1992. Ahora el público tiene más conocimiento. Entonces no había redes sociales, no había muchos medios. Era más invisible y lo que decían dos parecía que era la verdad».*

Desde aquel 1992 hasta la actualidad las deportistas han recorrido un largo camino que el tesón de pioneras como Goya Ferrer fue allanando. *«Cuando empecé a ir con la*

selección nosotras no existíamos. Parecía que solo había selección masculina, de hecho, había entrenadores en Madrid que no querían entrenar a mujeres. Dentro de la federación no se nos valoraba. Las becas, por sistema, eran mayores para ellos que para nosotras. Al campeón de España le pagaban cien mil pesetas, a la mujer cincuenta mil y yo decía, ¡a mí me cuesta lo mismo! Afortunadamente, poco a poco, fue cambiando y se fue equiparando porque nadie se achantó, todas seguimos entrenando. Vieron que una mujer tiene mucha fuerza de voluntad y cuando quiere algo, va a por ello».

**«Hay que saber perder,
para saber ganar»**

Después de Barcelona se retiró. *«Tenía veintinueve años, estaba en forma, pero había cumplido el objetivo que me había marcado. Alguna de mis compañeras del relevo era mayor que yo y siguieron cuatro años más. Yo dije que no. Ya había cumplido mi sueño y me retiré porque quise. Lo que sí tengo claro es que, si no hubiese conseguido competir en Barcelona, habría seguido cuatro años más hasta Atlanta».*



Foto: Compitiendo en pista cubierta.
Autoría: Cedida por Goya Ferrer.

PIONERAS

Una atleta de récord

Lo que no dejó fue el deporte. Siempre ha estado y estará con ella allá donde vaya. «Mis últimos años de atleta, cuando terminaba la temporada hacía mis cursos de entrenadora. Soy entrenadora nacional de atletismo y me empecé a vincular con mi deporte desde el otro lado. Entreno atletas de dieciséis, diecisiete años en Larrabide. Es una edad que me encanta porque son muy leales, sinceros, no tienen ninguna maldad y todo lo absorben, todo lo aprenden. Me encanta enseñarles y ayudarles en todo. El antes y el después de una competición, cómo gestionar una semifinal, una final... No es solo el entrenamiento en pista, hay que gestionar muchas cosas. La competición no empieza cuando dan el pistoletazo de salida. La competición empieza mucho antes, en el calentamiento, si hace frío, si llueve, todo lo que rodea la prueba... Y el después también hay que saberlo gestionar. Tienen que saber perder para saber ganar. Hay que saber respetar al rival, al juez, a la prueba en sí, la instalación... pero no por obligación, sino porque hay que saber estar».

Contar con una pionera, con una entrenadora que ha competido al máximo nivel es también un incentivo para las chicas y chicos que llegan a la pista a entrenar con Goya Ferrer. «Creo que les gusta saber que yo he sido atleta. A veces les cuento alguna de mis competiciones y cómo las afronté. Yo, más que enseñar, intento ayudar».



Foto: Ferrer junto a la atleta navarra Nerea Bermejo Yanguas.
Autoría: Cedida por el Club Grupompleo Pamplona Atlético.

Cada día les repite la misma frase a sus atletas: «Hay que estar contentos, felices. Antes, durante y después». Para ella es importante que disfruten con el atletismo que sonríen en el entrenamiento, en la competición... «Cuando sonríen les cambia la actitud y corren más. Hay momentos duros, que están tensos y la sonrisa les ayuda».

Entrena atletas en edades muy complicadas con una tasa muy alta de abandono deportivo: «En el atletismo el abandono es muy real porque cuando hacen la selectividad se van a entrenar fuera y es muy difícil encontrar un grupo de entrenamiento que pueda entrenar a tus horas, para hacerlo juntas y se van diluyendo. Pero a quien verdaderamente le gusta el atletismo, sigue entrenando. Se van a Bilbao toda la semana a estudiar y vuelven el viernes a Pamplona y entrenan o compiten el fin de semana. Lo que tengo claro es que les voy a animar a que vayan donde mejores resultados vayan a tener. Que puede ser aquí o puede ser fuera, como si se tienen que ir a Estados Unidos, siempre les voy a apoyar».

Mucho se ha hablado del «día después del deportista», de la retirada, de la reinserción en el mundo laboral, cuestiones reales que en el caso de Goya Ferrer no supusieron problemas porque el deporte siempre ha movido su vida. Su marido era entrenador de atletismo.

PIONERAS

Una atleta de récord

Sus cuñados entrenadores de balonmano, atleta y entrenadora. Su hijo juega a balonmano e incluso una sobrina hace gimnasia artística. Pero ella destaca también el respaldo que tuvo de Navarra. «Yo recibí apoyo. No es lo mismo estar en una comunidad pequeña como estar en Madrid. Allí hay mucha más gente. A la hora de entrenar puede que no tengas pista cubierta, ni departamento de fisios... Tienes unas limitaciones, pero a la hora de necesitar ayuda lo tienes a la mano. A nivel institucional, de club, recibí mucho apoyo. El día después fue fácil para mí. Soy monitora de gimnasia de mantenimiento de un programa del

Ayuntamiento de Pamplona donde el ochenta por ciento son señoras. Llevo ya años haciéndolo y estoy encantada. También durante años preparé a personas que opositaban a forales o bomberos, y está muy bien entrenarles porque te enfrentas con otro reto, para ellos su olimpiada es su oposición. Durante cinco años estuve viviendo en Dinamarca porque mi marido acabó siendo preparador físico de un equipo de balonmano masculino, el Kolding, y yo terminé siendo la preparadora del equipo femenino. Allí viví otro mundo, porque el balonmano es el deporte rey, mucho más físico que aquí, llenan estadios, se vive de otra manera.»

Para despedirse, Goya Ferrer nos recuerda que el deporte va mucho más allá de las pistas o las competiciones. «Dejé el atletismo y no he vuelto a correr porque no quiero correr si no puedo ir rápido, algo que mis meniscos no me permiten, así que no corro. Pero el atletismo me ha ayudado mucho. Me ha hecho muy disciplinada. Yo me retiré hace muchos años y me sigue saliendo ese afán de superación, de que hay que ir a entrenar cada día. También me ha ayudado a sobreponerme de momentos muy malos que te pasan en la vida». ■

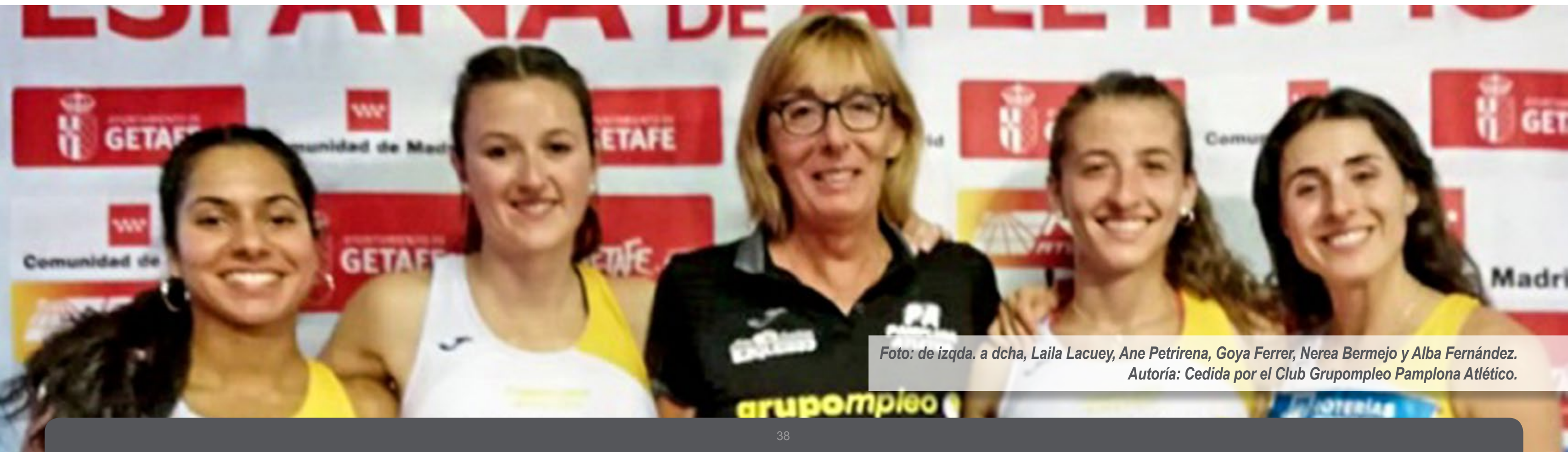


Foto: de izqda. a dcha, Laila Lacuey, Ane Petrirena, Goya Ferrer, Nerea Bermejo y Alba Fernández.
Autoría: Cedida por el Club Grupompleo Pamplona Atlético.

Goya Ferrer Sancho

- Velocista retirada en los años 90.
- Actualmente, entrenadora de velocidad y saltos horizontales del Grupompleo Pamplona Atlético.

MEJORES RESULTADOS				
Series, XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, 1992.			Relevos 4x400 m.	
7ª Campeonatos del Mundo al Aire Libre, Tokio, 1991.			Relevo 4x400 m. (R.E.)	
4ª Campeonatos del Mundo Pista Cubierta, Sevilla, 1991.			Relevo 4x400 m. (R.E)	
8ª Copa del Mundo, Barcelona, 1989.			Relevo 4x400 m.	
Bronce Juegos del Mediterráneo, Atenas, 1991			Relevo 4x400 m.	
Diploma (7ª) Juegos del Mediterráneo, Atenas, 1991			200 m.	
Pluricampeona de España en 200 y 400 m, tanto al aire libre como en pista cubierta.				
20 internacionalidades con la Selección Absoluta.				
RÉCORDS DE ESPAÑA VIGENTES				
4x200 m.	Pista cubierta	París, 1990	1:35.50	(Castro, Myers, Ferrer, Lacambra)
4x400 m.	Pista cubierta	Sevilla, 1991	3:31.86	(Myers, Merino. Ferrer, Lahoz)
4x400 m.	Aire libre	Tokio, 1991	3:27.57	(Merino, Lacambra, Myers, Ferrer)
RÉCORDS NAVARROS VIGENTES				
200 m.	Pista cubierta	S. Sebastián, 1990	24.15	
400 m.	Pista cubierta	Sevilla, 1991	54.04	
400 m.	Aire libre	Soria, 1991	53.21	
COMO ENTRENADORA				
Entrenadora de los equipos absolutos y juveniles del Pamplona Atlético de relevos 4x100, con los que ha conseguido medallas en Campeonatos de España.				



II Congreso Deporte y Mujer en Navarra

La Cadena SER Navarra con el apoyo del Instituto Navarro del Deporte ha organizado una segunda edición del Congreso Deporte y Mujeres en la que se ha puesto sobre la mesa los retos a los que se enfrentan las deportistas y las herramientas con las que ahora cuentan.

El Auditorio del Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte (CEIMD), sito en Larrabide, acogió una jornada que fue inaugurada por la Consejera de Cultura y Deporte del Gobierno de Navarra, **Rebeca Esnaola**, junto a la Directora del Gabinete para la presidencia del Consejo Superior de Deportes, **Conchi Bellowin** y el director de la Cadena SER Navarra, **Javier Hoyos**.

La intensa mañana comenzaba con la ponencia marco de la doctora en CAFYD y profesora de la UPM, **María Martín**, «Igualdad de género en el deporte: visión global para la acción local» se exponían los avances y trabajos que se han realizado en España y Europa para mejorar la situación de las mujeres. Desde el Consejo Superior de Deportes, se presentaba el



Arantxa Bujanda, Maialen Oñate y María Blanco en la mesa de deportistas navarras.

NOTICIAS

II Congreso Deporte y Mujer en Navarra

proyecto «Nuevas Metas», un programa de apoyo al deportista de élite al final de su carrera que lidera la ex waterpolista, **Jennifer Pareja**, ahora asesora del Gabinete de la Presidencia del CSD.



Dori Ruano, campeona del mundo de ciclismo en pista.

La piragüista internacional, **Amaia Osaba**, junto a la entrenadora del Movistar Team, **Iosune Murillo** y la primera árbitra navarra de fútbol en Preferente masculina, **Andrea López** hablaron sobre los distintos papeles que las mujeres pueden asumir en el deporte.

Cerrando la mañana, una de las pioneras del ciclismo nacional, la salmantina **Dori Ruano**, mostró al público presente su historia de lucha contra la desigualdad que vivió en su etapa de competición y cómo se fue reinventando como directora deportiva, entrenadora personal y piloto de La Vuelta ciclista a España.

La internacional navarra, **Ainhua Tirapu** fue una de las ponencias esperadas para conocer de primera mano la lucha que las futbolistas han mantenido durante muchos años por lograr unos derechos básicos en el terreno laboral.

Paula Remírez, árbitra internacional de taekwondo que prepara los Juegos de Tokio 2020, expuso la visión de la figura arbitral como un camino hacia el éxito deportivo que la sociedad no tiene en cuenta.

Para cerrar la jornada, las deportistas navarras **Maialen Oñate**, actual campeona de Europa de maratón de patinaje de velocidad: **Arantxa Bujanda**, jugadora del Beti

Onak y **María Blanco**, jugadora del Fundación Osasuna y subcampeona de Europa sub 17 debatieron sobre los nuevos horizontes que se han abierto en Navarra para el crecimiento de las mujeres en el deporte. ■



Ainhua Tirapu, jugadora del Ath. Bilbao y vicepresidenta de la comisión femenina de la AFE.

NOTICIAS

El futuro de la rítmica brilla en Pamplona

3.423 gimnastas participaron en el Navarra Arena en la Copa Base Individual, el Campeonato Nacional Base de Conjuntos y la 3ª fase de la Copa de España de Conjuntos, disputadas del 6 al 10 de noviembre. 111 gimnastas navarras procedentes de nueve clubes tomaron parte en las distintas competiciones: Alaia (Valle de Egües), Ansoáin (Ansoáin), Azkoyen (Peralta), Club Natación (Pamplona), Ellis (San Adrián), Lagunak (Barañáin), Larraona (Pamplona), Rochapea (Pamplona) y Uharte (Uharte).

Navarra ganaba la competición por Autonomías en la Copa de España de conjuntos, superando a la Comunidad Valenciana y Murcia. Tras la suma de las tres fases la autonomía campeona fue la valenciana, seguida por Murcia y por Castilla La Mancha. A nivel de clubes, el **Alaia** era segundo en categoría Infantil y tercero en Junior.

En la Copa Base individual la **Comunidad de Madrid** se alzaba con el oro por autonomías, la plata sería para la **Comunidad Valenciana** y el bronce para **Andalucía**.



Promoviendo la visibilidad

Un total de catorce eventos deportivos de categoría femenina cuentan con mayor visibilidad gracias al apoyo del Gobierno de Navarra que ha promovido la presencia de las cámaras en las canchas de siete modalidades deportivas.

Navarra Televisión y Xaloe Telebista han emitido competiciones de baloncesto, balonmano, fútbol, fútbol sala, hockey hielo, waterpolo y rugby. Las catorce emisiones televisivas han agrupado también distintas categorías, desde la máxima categoría del hockey hielo, a

las divisiones de plata en baloncesto (LF2), balonmano (DHP), fútbol (Reto Iberdrola), fútbol sala y waterpolo. Emitiendo también encuentros de la Primera División de baloncesto, Primera Nacional de fútbol y la Liga vasca de rugby en la que juega La Única Taldea.

Además de las transmisiones televisivas, también se ha ofrecido en streaming el Campeonato Navarro de Gimnasia Rítmica y la final del III Campeonato Navarro de cuatro y medio para dar respuesta a las acciones del Plan Deporte y Mujeres.



EL DEPORTE DE ELLAS VALE 

DEPORTISTAS

Navarras

**¿Quieres recibir los
próximos boletines de
Deportistas Navarras?**



Nafarroako  Gobierno
Gobernua de Navarra

DEPORTISTAS NAVARRAS
Nº 5. DICIEMBRE 2019

Publicación periódica digital del
Instituto Navarro del Deporte
Navarra Arena. Casa del Deporte 1ª Planta
Plaza Aizagerria, 1. 31006 Pamplona (Navarra)
T. 848 42 78 92 - F. 848 42 36 28
www.deporteyjuventudnavarra.es

Coordinación:
Primitivo Sánchez Sanz
Begoña Echeverría Beroiz

Redacción:
Cristina Gallo Suárez

Diseño y maquetación:
Ana Simionescu

Instituto Navarro del Deporte
Nafarroako Kirolaren Institutua

Por la igualdad del deporte

En la vida,
como en el
deporte,

Bizitzan,
kirolean
bezala,

IGUALDAD_ _BERDINTASUNA