Verde sobre Blanco

Revista del Club Deportivo Lourdes

UNIVERSO MUJER 18

Número 3 - 2017

ENTREVISTAS

Pablo Castelao
Elías Arteaga

TEMPORADA 2016/2017

Equipos y resultados

C/ San Roberto, 8 dpdo. 28011 Madrid Tel: 91 5180358 Fax: 91 5184820
Correo: cdlourdes@cdlourdes.es Web: www.cdlourdes.es Blog: https://cdlourdes.blogspot.com/ Visítanos en facebook

Junta Directiva
Miguel López
Ángel Izquierdo
Roberto Hormilla
Adán David Bel
José Avelino Velasco
Antonio Castrejón
Juan Carlos Revilla
Jesús Heredero
Daniel Montero
Mª Carmen Cava

Colaboran en este número
Adán Bel
Ángel Izquierdo
Roberto Hormilla
Antonio Castrejón
Andrés Castrejón
Laura Jímenez
Juan Carlos Revilla
José Velasco
Paula Artolazábal
Candela Artolazábal
David Martín
Jhony Gómez
Irene López
María Sánchez
Ana Canoyra
Carla Iglesias
PLAYING

Fotografías
Ángel Izquierdo
Miguel López
Entrenadoras
PLAYING

Patrocinador
El Tercio de Quites

Sumario

Miscelánea	3
Entrenadoras	6
Baloncesto	13
Equipos Temporada 2016/2017	15
Póster Central	20
Equipos Temporada 2016/2017	22
Baloncesto	26
Fútbol	29
Ajedrez	32
Campus	33
Voleibol	35
Solidaridad	38
Equipo Campeón	39

Fotografía de portada y contraportada
Entrenadoras/Jugadoras del Club Deportivo Lourdes

Diseño y maquetación
Miguel López Díaz

Página web: www.cdlourdes.es
Blog: http://cdlourdes.blogspot.com
email: cdlourdes@cdlourdes.es
Facebook: https://www.facebook.com/cdlourdes1981
Instagram: https://www.instagram.com/cd_lourdesbasket/

ELOGIO DE LA BONDAD

Son muchos los riesgos que se corren al escribir un texto en el que se pretende resaltar las virtudes de una persona. El más común es el de exagerar, de incurrir en una escalada inflacionista de adjetivos que acaban por arruinar el cuadro; en el peor de los casos por generar un personaje en el que apenas sea reconocible la persona.

Hablemos, pues de Ángel; mejor de Don Ángel, Maestro de tantas generaciones, fundador del Club Deportivo, compañero, amigo entrañable.

Y sea lo primero agradecer su labor de tantos años, armando, con los mimbres de los que disponía, un entramado suficiente para que la comunidad educativa del colegio se sintiera identificada y para que los chicos y chicas encauzaran su afición al deporte. Ese es, entendemos, el sentido y finalidad del Club que Don Ángel fundó, al que dio impulso y dotó de filosofía.

Hablar de Don Ángel es, sobre todas las cosas, hablar de un Maestro, en el sentido más profundo y genuino de la palabra. Maestro con mayúscula, pues más allá de la transmisión de conocimientos, de la gramática, de los acentos, de los accidentes de la península ibérica, late en Don Ángel la pasión por transmitir una visión amable de la vida, por enseñar a los alumnos a comportarse, a darles un foco con el que, mal que bien, puedan ir transitando por la vida.

¿Cómo es posible que quienes fueron alumnos suyos hace más de una década lo tengan aún presente? ¿Cómo que abogados, mecánicos, quizá algún inspector de hacienda; que padres, tíos y hasta abuelos de nuevos alumnos del colegio sigan saludando con efusión, de viva voz o en las redes sociales a Don Ángel?

En nuestra opinión porque por alguna razón, Don Ángel posee lo que los romanos entendían por “auctoritas” o capacidad de influir en otros por sí mismo, frente a la “potestas”, en donde esa capacidad obedece a factores externos, a los títulos o prerrogativas que un tercero le concede.

Algunos, los más añosos (y no por ello forzosamente más sabios) recordamos aquellos mal llamados maestros, los del bigotillo medio mosca, el gesto torcido y la mala hostia perenne, aquéllos que gozaban de “potestas” y la usaban con diferentes instrumentos de tortura: la regla, la vara, la mano abierto o la sutil culpabilización; aquéllos que quizá nos ayudaron a aprender las tablas o las conjugaciones o las reglas de acentuación pero que, finalizado el periodo escolar, superado el miedo y quizá el odio que inspiraban, caducada la “potestas”, nos dejaron indiferentes por completo.

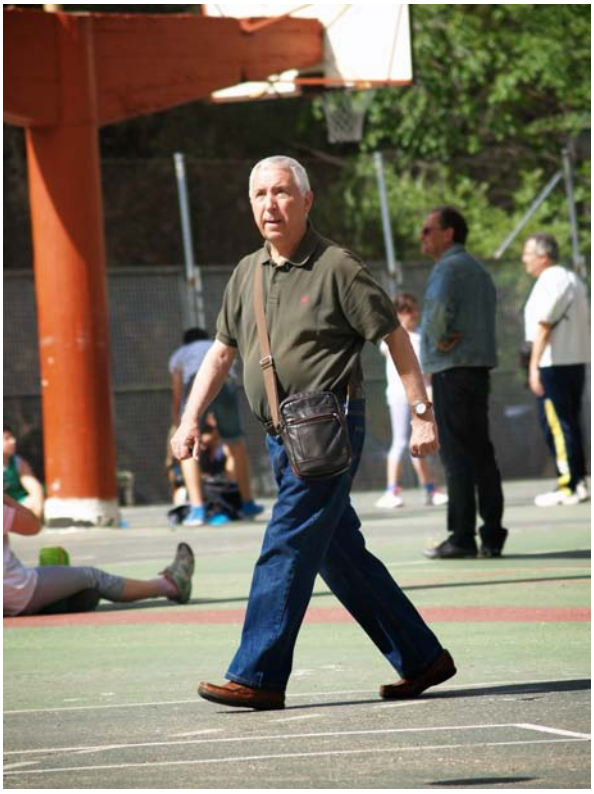
Es ese aura, esa sensación de paz que transmite, ese genuino interés por las personas, ese afán por el acuerdo, ese convencer sin imponerse lo que hace que en Don Ángel el Don, más que una formalidad al uso, sea su justo complemento.

Y todas esas notas son las que, de alguna manera, han ido conformando la filosofía del club; de ella nos sentimos depositarios y responsables de que se siga manteniendo. Gracias a esa actitud de Don Ángel (y, también hay que decirlo, de las personas que le han acompañado y quienes ha sabido contagiar su entusiasmo) el Club Deportivo es respetado y querido en su entorno; decir CD Lourdes es decir club amigo, deportividad y buen rollo; es decir también que nadie que lo deseé se va a quedar sin hacer deporte, por muy complicadas que sean las circunstancias, que todas las voces pueden ser oídas, que el club en definitiva, es de todos y para todos.

Queremos, también, tener unas palabras de agradecimiento para Mª Ángeles, la mujer con la que ha compartido todos estos años, tan solo para decir que dé por bien empleados los desvelos y ausencias de Don Ángel ya que no hay duda de que han dado sus frutos.

¿Defectos? Sin duda que los habrá (aunque el nombre le venga al pelo, es tan humano como cualquiera) pero búsquelos quien tenga tiempo que perder y ganas de perderlo. Para nosotros prevalece la alegría de haber compartido camino con este hombre que, por decirlo con Machado es, en el buen sentido de la palabra, bueno.

Junta Directiva del Club Deportivo Lourdes
José Velasco



CONVENIO DE COLABORACIÓN

Club Deportivo-Fuhem para la mejora de la práctica deportiva en el Colegio Lourdes

Algunos de vosotros/as estabais presentes y lo recordareis. La última Asamblea anual de socios del Club Deportivo, celebrada a principios de junio, comenzó de manera diferente a la habitual. Frente a vosotros/as, representantes del Colegio Lourdes, de la FUHEM y del Club Deportivo os informamos de las reuniones que habíamos empezado a mantener, con el firme propósito de alcanzar un acuerdo de colaboración beneficioso para todas las partes. Aunque por aquel entonces nuestras posiciones estaban muy distanciadas, nos emplazamos a continuar las conversaciones con el inicio del nuevo curso escolar.

Aquella tarde lo que os pedimos fue que nos dierais vuestra confianza para continuar con ese proceso negociador y, tras un intenso debate, aprobamos una subida de 25 € en la cuota para la actual temporada 2017/18, con el compromiso por parte del Club de no efectuar ninguna otra subida en, al menos, los tres próximos años. Así, la cuota pasa a ser de 250 € anuales, desglosados de la siguiente manera: un primer ingreso por parte del socio/a de 100 € en el momento de la inscripción del deportista, más dos pagos domiciliados de 75 € en enero y abril. A este respecto, consideramos que es justo recordar que se trata de la primera subida de la cuota en muchos años.

Pues bien, el 25 de octubre de 2017 se firmó el primer convenio de colaboración entre el Club Deportivo y la FUHEM. En él se recogen las líneas maestras que regularán nuestra relación durante los próximos tres años (cursos 2017/18, 2018/19 y 2019/20). Se incluyen en el documento aspectos puramente deportivos, como definir a qué etapas educativas podemos dirigir nuestra oferta y en qué horarios podemos hacer uso de las pistas del polideportivo. También aspectos normativos, como nuestro compromiso de estar en regla en nuestra relación con los entrenadores/as que colaboran con nosotros y estar cubiertos en todo momento por un seguro de responsabilidad civil.

Por último, en el aspecto económico, a menudo el que más suspicacias genera, el Club se compromete a aportar 3.000 € en cada una de las tres próximas temporadas. La FUHEM, por su parte, destinará 6.000 € en cada una de ellas. Estos recursos (27.000 € totales) irán destinados exclusivamente a la mejora de las instalaciones deportivas. Las actuaciones se realizarán de acuerdo a unas prioridades que establecerá una Comisión Mixta integrada por un representante de la FUHEM, dos representantes del Colegio y tres representantes del Club Deportivo. La reciente reparación del socavón del campo de fútbol y la completa iluminación de la cubierta responden a las primeras manifestaciones de este acuerdo a tres bandas.

En resumen, se trata de un documento que define sin ambigüedades cuáles son los cometidos y las responsabilidades de cada una de las partes. Pensamos que dentro de este marco el Club Deportivo puede funcionar de la manera que lo lleva haciendo desde 1981, cuando Don Ángel lo fundó, y seguir ofreciendo deporte de calidad a un precio razonable. En el verano de 2020 tocará hacer una valoración de lo sucedido y prorrogar o definir un nuevo acuerdo. Desde la Junta Directiva sólo nos queda agradeceros la confianza que siempre nos habéis otorgado. Cualquier socio/a que lo desee puede consultar los términos de este convenio en la página web (www.cdlourdes.es) y el blog (http://cdlourdes.blogspot.com/) del Club.

Junta Directiva del Club Deportivo Lourdes

¡El deporte es para hombres! ¡Las mujeres no tenéis capacidades físicas! ¡No sois competitivas! ¡No tenéis fuerza! Y un largo etcétera de disparates que desde hace muchos años e incluso en la actualidad (desgraciadamente) se siguen escuchando.

SOMOS UNOS MACHISTAS. Sí, esta frase por muy mal que nos suene o por muy en contra que estemos del machismo… es cierta. No puede haber ni un gramo de falsedad en esta afirmación. Imposible. Hemos crecido en este sistema patriarcal y nuestra sociedad es machista, por ello, nos guste o no, en mayor o menor medida, lo somos. Una vez aceptada esta idea y asumiendo el contexto en el que estamos es hora de derruir estos sentimientos y empezar a reconstruir nuestros pensamientos e ideas nuevas.

A lo largo de nuestras vidas hemos sido machistas incontables veces. No solo contra otras mujeres sino contra nosotras mismas. Desde pequeñas a las mujeres nos enseñan a pelear entre nosotras. Nos enseñan a vernos como competencia y a compararnos. Nos reducen a cómo nos vemos, a cómo pensamos o a cómo vamos vestidas. Si somos atractivas o no, si somos mojigatas o frescas. Si eres una mujer que no acepta el estereotipo de género de la mujer callada y sumisa es motivo para que no te llamen "buena chica", pero en cambio si tienes dotes de líder eres "mandona", si no haces lo que te dicen eres una "rebelde", SI TE GUSTA EL DEPORTE, ERES UNA "MARIMACHO", si tu cuerpo no es como el de las modelos de la tele estas "gorda", o estás demasiado "flaca", si estudias una carrera de ciencias eres una "cerebrito", si no vistes como los maniquíes del Zara eres una "perroflauta" o una "pija" o una "punki", y si luchas por ti, por la causa de las mujeres, eres una "feminazi". Las mujeres somos cualquier adjetivo negativo. Nos enseñan que si no somos así, no somos bellas. El patriarcado nos ha formado para destruirnos y tenemos que detenernos y dejar de colaborar en este sistema patriarcal que tanto daño nos hace.

Hoy en día no creemos necesario definir lo que es el feminismo, todas lo practicamos, lo conocemos de cerca o hemos oído hablar de él (aunque siempre habrá algún cateto que no sepa diferenciarlo de otros conceptos…). La **sororidad** es uno de los valores más fuertes del feminismo. Sororidad es la hermandad entre mujeres. Se trata de una alianza entre nosotras que propicia la confianza, la unión y la empatía. Es una experiencia entre mujeres que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y al apoyo mutuo entre nosotras, y con ello al empoderamiento. A través de ella dejamos

de ver a las demás mujeres como competencia y empezamos a reconocernos a nosotras mismas en la otra y a caminar juntas. En lugar de menospreciarnos, podemos llamarnos hermanas, podemos aprender de la otra y compartir esta lucha. Sororidad es defender a tus hermanas, es ser comprensiva, es el pegamento morado que nos hace crecer como feministas y como personas.

La sororidad es algo que todas podemos experimentar: niñas, adolescentes, adultas, madres, amigas, abuelas, vecinas y primas. Se comienza con los círculos cercanos de amigas y familia y se sigue hasta extender estas vivencias todo lo que queramos. Está en nuestras manos. Las entrenadoras del C.D. Lourdes queremos dar voz a la educación en valores a través del deporte tratando de no limitar en base al sexo de nuestros niños y niñas. Al fin y al cabo **no solo somos entrenadoras sino educadoras.**

En el deporte, el cuerpo, la imagen y los estereotipos juegan un papel predominante. Es en este último punto donde se pretende hacer más hincapié, aunque las tres están relacionadas de manera directa. Las diferencias de género dentro de la actividad deportiva, se hayan en gran medida, influenciadas por el contexto sociocultural y el propio proceso de socialización de hombres y mujeres, donde las imágenes de feminidad y masculinidad están a la orden del día.

Cuando se habla de **estereotipos de género** en el deporte, se hace referencia a aquellas creencias, valores y normas que llevan implícitas una definición social, es decir, aceptadas por la mayoría de personas que componen la sociedad y que reflejan los papeles que se les tienen asignados a hombres y mujeres. No es disparatado hoy en día oír a niños diciéndoles a otros, que la actividad que practican es de chicas, o padres y madres animando a sus hijos a realizar un deporte más acorde a su género.

Los estereotipos establecen los comportamientos de las personas limitándolas, dañando su libertad, generando en cada sexo una serie de rasgos que los identifican. Esto crea, una relación directa entre lo masculino con la competitividad, la agresividad y la independencia, entre otros, y lo femenino con la sumisión, el orden, lo estético y la pasividad.

Esto históricamente no ha sido menos, la mujer, su cuerpo y las actividades que podía desarrollar han recibido en su mayoría un trato

sexista en la sociedad y en la práctica deportiva. Uno de los estereotipos más persistentes y presentes, es el considerar que hay deportes más apropiados para las mujeres y otros para los hombres, como ya se ha mencionado con anterioridad. Siendo sin lugar a duda, una variable discriminatoria con la participación en las actividades deportivas.

En sus orígenes el deporte fue entendido como una práctica excluyente en un doble sentido, por su pretensión de exclusividad social y porque además reducía su práctica a uso exclusivo de los hombres, situando a las mujeres en una condición de total exclusión o de absoluta inferioridad.

La incorporación del sexo femenino en el deporte ha sido un proceso tardío y paralelo a distintos ámbitos sociales. También se sostenía la función maternal y los aspectos artísticos y expresivos como adecuados para las mujeres. Se intenta avanzar hacia la igualdad, pero bajo unas condiciones y unos modelos masculinos.

Por tanto, es crucial no limitar las posibilidades de un sexo en base a los estereotipos, sin negar el hecho de que los rendimientos deportivos pueden no ser iguales ya que las diferencias existen biológicamente, sin embargo, nadie puede negar la evidencia de que ambos sexos pueden complementarse y enriquecerse en la esfera del deporte y la actividad física.

La propia evolución de la mujer en los grandes eventos deportivos como Juegos Olímpicos, Campeonatos del Mundo y de Europa es incuestionable, pero si no se realizan acciones positivas de promoción, la igualdad es difícil de conseguir.

Desde el club como entrenadoras **abogamos por una práctica deportiva elegida en libertad, libre de estereotipos de género**, bajo el apoyo y el entendimiento de los padres y las madres, de los compañeros y compañeras, de los profesores y las profesoras, para que los niños y niñas puedan crecer felices y empoderadas, sin ningún tipo de limitaciones, que les permita afrontar y superar todas las trabas que ya de por sí, la sociedad les impondrá.

UN POQUITO DE HISTORIA...

Si ahora nos dicen, que por ver deporte podríamos estar condenadas a pena de muerte, no nos lo creeríamos. Pero nada más lejos de la realidad, **en la antigua Grecia en el 776 a.C la exclusión de la mujer era como participantes y como espectadoras.**

Y no fue hasta los **Juegos Olímpicos de 1900 en París, cuando abrieron las puertas a las mujeres**, seis en concreto, a la participación, aunque solo en golf y tenis y por supuesto ante la total negativa de su fundador, Pierre de Coubertin.

Comenzó a notarse la crecida participación femenina en el deporte, gracias a Alice Melliat que decidió fundar la Federación Internacional Deportiva Femenina y dar cabida a los Juegos Mundiales Femeninos. A raíz de estos acontecimientos en los posteriores Juegos Olímpicos la participación de las mujeres fue cada vez mayor, pero **no fue hasta 1992, en los JJOO de Barcelona, cuando España batió por primera vez el record de atletas españolas en unos Juegos con 129 deportistas.**

En diciembre de 1891, en un colegio de Massachussets, surgió el **baloncesto** como una necesidad educativa para los alumnos de la escuela. El director del colegio le encargó a un profesor la creación de un nuevo juego que pudiese practicarse dentro del gimnasio durante los fríos inviernos. Fue el delegado de clase, quien dijo la frase histórica que generó el nombre definitivo: "tenemos un cesto y un balón, ¿por qué no le llamamos baloncesto?

El **baloncesto femenino** también nació pronto. Fruto de la curiosidad, unas profesoras fueron a enterarse de qué era aquello y lo practicaron en su escuela con sus alumnas. El nuevo deporte gustó en el ámbito femenino por la ausencia de contacto entre los jugadores, lo cual era más "adecuado" para las mujeres (según el artículo "génesis y etapas evolutivas del baloncesto como deporte contemporáneo"). En el primer encuentro oficial de baloncesto femenino de Massachussets, los hombres tenían la asistencia prohibida ya que las mujeres vestían falda corta.

En cuanto al **voleibol** (o balonvolea) se refiere, os contaremos que su origen viene de la fusión del béisbol, tenis, baloncesto y balonmano. Fue inventado en Massachusetts en el año 1895. Rápidamente se extendió a otros países y no fue hasta 1920 que llegó a España, como juego recreativo.

Fue en la primera parte del siglo XX cuando los **equipos femeninos** comenzaron a jugar a este deporte y en 1949 las mujeres compitieron por el primer campeonato nacional de voleibol. Y, aunque ya se competía a nivel nacional, en 1964 se convirtió en deporte olímpico, tanto masculino como femenino, alzándose Japón con la medalla de oro en la competición femenina.

Un factor muy importante en la visibilización del deporte femenino son los MCM (medios de comunicación de masas). No podemos negar que la televisión, las redes sociales, la radio... ocupa una gran parte de nuestras vidas y por tanto dependemos de lo que vemos, leemos y oímos. En España, el deporte rey es el fútbol masculino, prácticamente todos los días puedes encontrar en cualquier canal de tv un partido, un reportaje o simplemente un programa dedicado 100% a este deporte. Pero no sólo vamos a hablar del fútbol, si comparamos la cantidad de tiempo dedicado al deporte masculino con la que está dedicada al femenino, no nos sorprenderá que encontremos **una gran diferencia**. Es cierto que si miramos atrás, podemos decir que algo hemos avanzado en este tema, sin embargo, queda mucho camino por recorrer.

El momento en el que más observamos el deporte femenino es en las **olimpiadas**, sin embargo **¿de qué manera?** Seguro que todos recordamos algún titular en el que **no se reconoce la victoria de la mujer por sus logros deportivos, sino que se centran en otros aspectos independientes** a este tema y que no tienen nada que ver, como por ejemplo, **por ser madres, por ser la mujer de alguien, por el entrenador que ha tenido o directamente por su físico**.

No hablemos si de lo que más depende el triunfo o su visibilización, es fruto de su vestimenta así como de su físico. **La cosificación** del cuerpo femenino en el deporte (y en nuestra sociedad) es el hecho de no valorar a la mujer por sus capacidades, habilidades… sino como un objeto más que pueden usar según su disfrute.

Dentro de los medios de comunicación el deporte está a la orden del día acerca de las mujeres más guapas del deporte femenino, **no os creáis que valoran su esfuerzo, compromiso, capacidades y fortalezas**, visualizarán antes si ha ido "bien vestida", que todo su trabajo. Esto es un claro ejemplo de a lo que nos queremos referir con cosificación: **no somos objetos, somos personas**. Hablando del gran mundo que son la televisión, Facebook, Twitter, Instagram… y lo rápido que vuelan las noticias en estas redes, nos preocupa que estos mensajes no lleguen más lejos, que no se nos escuche ante las barbaridades que tenemos que escuchar y soportar ante las decisiones que tomamos. Las deportistas profesionales son juzgadas por cómo visten, recordemos la noticia en la que **Doaa Elghobashy la jugadora de vóley playa** que fue criticada y juzgada por vestir con Hiyab y las mangas largas de su uniforme, ¿alguien recuerda cuántos puntos hizo Doaa? ¿Quién ganó el partido? No, solo opinamos de lo que nos parece bien o mal, sin escuchar lo que ella tiene que decir acerca de cómo viste y de quién es. En cambio, si luce unas mallas cortas y un top… ¿alguien se ha quejado?

Queremos hacer referencia a estas situaciones y hechos que observamos para que seamos conscientes y podamos reflexionar acerca de nuestras propias actitudes y comportamientos, **para así poder eliminar la cosificación que sufre la mujer y que todos y todas podamos aportar un granito de arena**.

NUESTRO CLUB…

El Club Deportivo Lourdes fue fundado en 1981, con un único equipo alevín de fútbol 11. En las siguientes temporadas los equipos fueron extendiéndose a otras categorías, pero el fútbol seguía siendo el único deporte realizado. En 1987 se incorporó una nueva actividad con la formación de un equipo de baloncesto cadete. Una vez ampliados los horizontes deportivos, ya solo se echaba en falta la actividad femenina, y si fueron necesarios siete años para la aparición de un nuevo deporte, el tiempo necesario para la formación de un equipo femenino, consigue doblarlo. En la temporada de 1994/95 el primer equipo femenino hizo acto de presencia en el fútbol, formado por trece jugadoras. La presencia de mujeres en este ámbito fue abriéndose paso y en 1999 aparece el primer equipo femenino de baloncesto. Ese mismo año se cuenta también por primera vez con una entrenadora, en el Alevín y Benjamín B de fútbol. El último deporte en incorporarse fue el voleibol, en la temporada del 2009/2010 con un equipo infantil femenino. Haciendo un pequeño repaso a la historia del C.D. Lourdes nos damos cuenta de cómo la mujer se ha ido abriendo paso poco a poco en el deporte, sin necesidad de remitir a grandes clubes deportivos.

A día de hoy la situación tiene muy poco que ver; el club cuenta con siete equipos femeninos (seis de baloncesto y uno de voley), cuatro equipos masculinos de baloncesto y seis mixtos (cuatro de baloncesto y dos de voley). Por otra parte se cuenta con siete entrenadoras, quince entrenadores y una junta directiva formada por nueve hombres y una mujer.

Agradecemos al club que nos haya dado este espacio para darnos voz y visibilizar el deporte femenino así como para recordar los valores por los que luchamos y educamos cada día.

ALGUNOS CASOS REALES…

Para que comprendamos que todo lo anteriormente redactado no son solo palabras, queremos compartir algunas experiencias que hemos vivido nosotras mismas, tanto como jugadoras como entrenadoras.

"De pequeña siempre he hecho algún deporte. He cursado muchas extraescolares, pero cuando me cansé de la natación a los diez años, mis padres insistieron en que escogiese otro deporte para ocupar mi tiempo libre. Como en mi colegio el deporte más popular era el fútbol y todos mis amigos estaban apuntados me decanté por él. Pero esto no pudo ser y no dejaron que me apuntara, todos los equipos eran masculinos y tampoco barajaron la opción de incluirme en alguno, pasando este, a ser mixto. Por ello me tuve que apuntar a baloncesto, ya que en este deporte sí había equipo para mí."

"En un partido hace unos tres años, el entrenador del equipo contrario el cual insultaba en voz alta a sus propias jugadoras durante el partido, se nos acercó cuando terminó el encuentro y le dijo a mi compañera de equipo “porque eres mujer que sino ahora mismo te pegaba”. Esto fue

simplemente porque habíamos ganado el partido y ella había sido la mejor de ambos equipos."

"Siendo entrenadora del alevín masculino la temporada pasada, nos enfrentamos contra un equipo dirigido por dos entrenadores en un partido de Liga. Al finalizar el encuentro, como siempre, ambos equipos nos saludamos felicitándonos el partido mutuamente. Mi segundo entrenador iba delante de mí y se dio la mano con ambos entrenadores rivales, yo iba a hacer lo mismo como de costumbre. El primer entrenador y yo nos dimos la mano, sin embargo cuando se la fui a dar al segundo en vez de hacer lo mismo me pellizcó la mejilla y me dijo “buen partido maja”. No sé qué le hizo pensar que a mí me tenía que felicitar de una forma diferente, fuera lo que fuera me parece una falta de respeto hacia mí, como persona y como entrenadora."

"Cómo no escuchar en un partido de futbol mixto o de vóley mixto, comentarios machistas hacia las jugadoras que eran chicas, solo por el simple hecho de practicar un deporte, o de menospreciar la capacidad de las mujeres al decir: “cómo os puede ir ganando una chica”. No, por ser mujer no soy más débil que tú."

"Empecé a jugar cuando era muy pequeña al baloncesto, y era fácil, algunos años, ver que en momentos importantes del partido, estabas sentada en el banquillo junto a tus compañeras y en el campo eran los chicos los que peleaban por ganar. Tampoco ayudaban mucho, ciertos comentarios de padres de los equipos contrarios cuando pasamos a ser un equipo femenino y el partido era tenso. Como entrenadora muchas veces he sentido la obligación de tener que demostrar continuamente ante compañeros mi valía. En un conflicto entre entrenador y entrenadora del mismo nivel he escuchado tratos de superioridad y comentarios como si estuvieran encima de ti, incluso llegando al punto de querer castigarte o reprocharte. He visto a chicas recibir de las gradas comentarios condescendientes durante los partidos, y he oído a benjamines decir que van a ganar al equipo contrario porque "es un equipo de chicas"."

"Cuando tenía doce años no hubo suficientes chicas para formar un equipo y esa temporada jugué en el masculino. En muchos partidos al comenzar, los jugadores del equipo contrario se "peleaban" por defenderme, por defender "a la más fácil", sin ni siquiera haberme visto aún jugar. Un día al salir de un partido, escuché al padre de uno de los niños decir: "lo que no puede ser es que no puedas superar la defensa de una chica" y comentarios similares de algunos entrenadores."

Ana, Candela, Carla, Irene, Laura, María y Paula
Entrenadoras del Cd Lourdes

LA PREPARACIÓN FÍSICA

Como todos sabemos, en todas las edades, una buena condición física favorece los buenos resultados en cualquier deporte que se practique. A partir de cierta edad, las condiciones naturales de cada jugador pierden importancia, y destacan sobre manera, la buena preparación que posean. El ser más rápido, más alto, más fuerte, más resistente, más todo de los primeros años de competición, deja paso al jugador mejor preparado. Por ello la importancia de trabajar todos y cada uno de los aspectos necesarios en el deporte que realicemos.

Una buena preparación física empieza mucho antes de la competición. La pretemporada es la fase más odiada por los jugadores/as por la gran carga trabajo que conlleva, sobre todo fuera de pista. Cuando llega el trabajo con balón, los integrantes del equipo experimentan una transformación que se refleja en el brillo de sus ojos, normal, después de tanto tiempo sin tocar un balón, es lo que les gusta. Pero la pretemporada no está solo para hacer físico fuera de pista (series, test, etc.), debe continuar en la cancha con ejercicios que combinen los aspectos trabajados con la técnica, tanto individual como colectiva. No siempre se trata de hacer ejercicios aburridos y donde te preguntas ¿Por qué tanto sufrimiento? Parte del trabajo fisco está incluido en los ejercicios con balón, por ejemplo: los contraataques, tienen un componente físico importante (resistencia, velocidad, agilidad).

Los preparadores físicos no solo tienen conocimientos relacionados con planificación deportiva, biomecánica y de anatomía, sino también sobre el baloncesto y aspectos de la condición física. Muchas de las canastas que se consiguen hoy en día, tienen mucho que ver con la técnica, pero el previo trabajo físico de ese jugador/a es clave para su realización. Por ejemplo, en las situaciones de tiro, entradas con contacto, hacer rectificados en el aire, o también a desbordar en un 1x1. Importantísimo es que un jugador/a esté fresco, al no estar agotado le facilita un mayor acierto y claridad de ideas sobre el campo.

En el caso del baloncesto, un jugador/a más ágil, más rápido, más fuerte, más resistente, le hará mucho más completo y mejor. La agilidad es muy importante para el juego sobre todo para los cambios rápidos de dirección de forma explosiva y controlada. Pero también podemos encontrar las paradas, arrancadas, giros, desplazamientos defensivos, etc. Todos estos movimientos de agilidad son realizados infinidad de veces durante los entrenamientos y partidos. La velocidad supondrá una ventaja en las situaciones de juego tanto ofensivas como defensivas, tanto en medio campo como en campo entero. Cuando un jugador tiene un buen nivel de resistencia y fuerza tiene ventaja respecto a los contrarios y aporta al equipo más posibilidades de ganar el partido.

No quiero terminar mi artículo sin resaltar la importancia de un calentamiento adecuado y una rutina de estiramientos que ayudan a la flexibilidad muscular y aumentan la movilidad articular, lo que dará como resultado mayor rendimiento y un menor riesgo de lesiones, tanto al inicio del ejercicio como a su finalización, en entrenamientos y competición. En mi opinión el mejor calentamiento antes del entrenamiento y de los partidos tiene que ser dinámico (skipping, talones al culo, correr cruzando piernas, lateral, balanceo de piernas, zancadas, etc.) incluyendo una series de carreras a lo largo de la pista hasta que se rompa a sudar. En los previos, los estiramientos serán activos y localizados, tratan de mantenerse 2 segundos en la posición más estirada, y realizar de 8 a 10 repeticiones por cada grupo muscular. Una vez finalizado el ejercicio una vuelta a la calma, o enfriamiento, es muy importante incluyendo los estiramientos básicos de todos los grupos musculares con una duración de 5 -15 segundos.

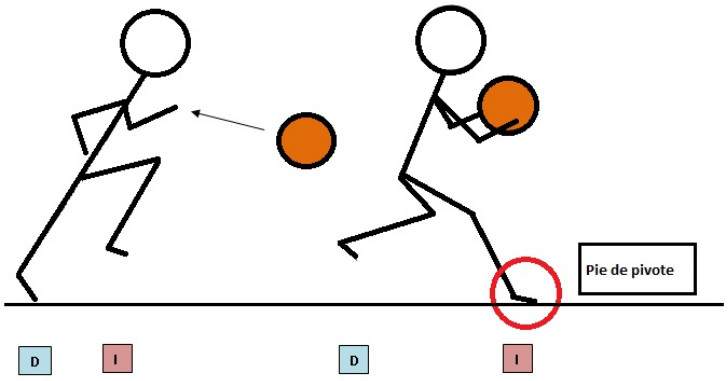
David Javier Martin Molinero
(Entrenador Infantil Femenino y
Preparador físico Juvenil Femenino Federado)

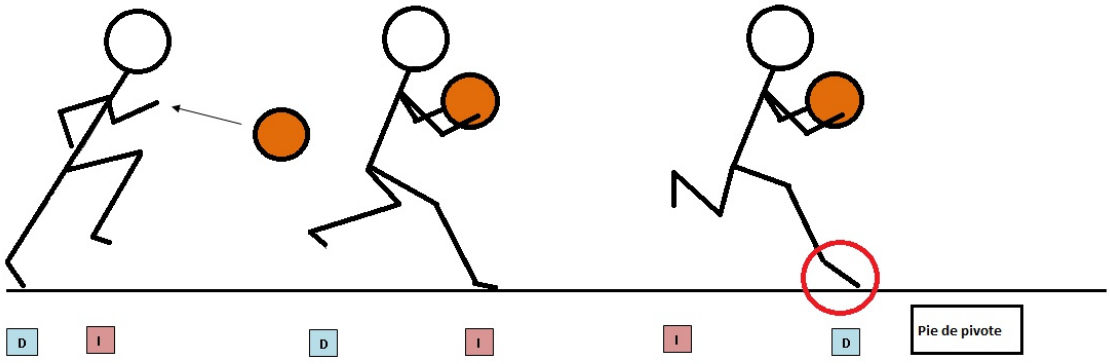
NUEVA NORMA: **EL PASO 0**

Para esta nueva temporada 2017-2018 ha habido varios cambios respecto al reglamento. En este artículo vamos a explicar uno en concreto, el llamado ***"paso cero"***.
Esta nueva norma afecta al establecimiento del pie de pivote cuando un jugador recibe el balón en movimiento. Si un jugador recibe el balón mientras está parado, la normativa sigue exactamente igual que en años anteriores.
Lo primero, explicaremos qué dice el reglamento sobre lo que se considera un pivote:
-Pivote: "es el movimiento legal en el que un jugador que sostiene un balón vivo en el terreno de juego da uno o más pasos en cualquier dirección con el mismo pie, mientras que el otro, llamado pie de pivote, permanece en el mismo punto de contacto con el suelo."
Para continuar, os ponemos lo que decía la antigua norma acerca del establecimiento del pie de pivote cuando se recibe el balón en movimiento:
-"Si un pie está en contacto con el suelo, ese pie se convierte en pie de pivote".
- "Si ningún pie está en contacto con el suelo y el jugador cae apoyando ambos pies a la vez, en el momento en que levante uno el otro pie se convierte en pie de pivote."
- "Si ningún pie está en contacto con el suelo y el jugador cae sobre un pie, ese se convierte en el pie de pivote. Si el jugador salta apoyándose en ese pie y cae apoyando ambos a la vez, ninguno de los dos es pie de pivote."

La FIBA (International Basketball Federation), con el objetivo de unificar el reglamento en lo que se refiere a este aspecto, ha cambiado esta norma que ahora dice lo siguiente:
-"Al moverse y tener un pie en la cancha mientras se coge el balón o se finaliza acción de bote, el próximo pie en tocar la cancha es considerado el primer paso y se convertirá en el pie de pivote".
Os dejamos unos dibujos donde creemos que se ve de manera más clara lo que es el "paso cero".

Jhonatan Gómez e Irene López
Entrenadores del Club Deportivo Lourdes.





TEMPORADA 2016/2017. ALEVÍN VOLEY

TEMPORADA 2016/2017. ALEVÍN FEMENINO.

7 partidos ganados / 6 partidos perdidos

TEMPORADA 2016/2017. ALEVÍN MASCULINO.

5 partidos ganados / 8 partidos perdidos

TEMPORADA 2016/2017. ALEVÍN MIXTO.

2 partidos ganados / 9 partidos perdidos

TEMPORADA 2016/2017. BENJAMÍN MIXTO.

Sólo participó en Copa (3 partidos)

TEMPORADA 2016/2017. BENJAMÍN VOLEY

TEMPORADA 2016/2017. INFANTIL FÚTBOL 7.

TEMPORADA 2016/2017. INFANTIL MASCULINO.

8 partidos ganados /5 partidos perdidos. 3º en liga

TEMPORADA 2016/2017. INFANTIL FEMENINO A.

16 partidos ganados / 2 partidos perdidos (1º EN LIGA / 1º EN COPA / 2º MADRID)

TEMPORADA 2016/2017. INFANTIL VOLEY

II CAMPUS DEL CLUB

CARRIÓN DE LOS C

DEPORTIVO LOURDES

CONDES - PALENCIA

TEMPORADA 2016/2017. CADETE FEMENINO A.

15 partidos ganados / 1 partido perdido (1º EN LIGA / 1º EN COPA / SEMIFINALES MADRID)

TEMPORADA 2016/2017. JUVENIL MASCULINO FEDERADO

12 partidos ganados / 14 partidos perdidos (16ª EN LIGA. 3ª DIVISION)

FALTAN CARLOS R, RUBÉN Y JAIME

TEMPORADA 2016/2017. CADETE FEMENINO B.

13 partidos ganados / 1 partido perdido (3º EN LIGA)

TEMPORADA 2016/2017. CADETE MASCULINO FEDERADO.

8 partidos ganados / 14 partidos perdidos (19º EN LIGA. 3ª DIVISION)

TEMPORADA 2016/2017. INFANTIL FEMENINO B

8 partidos ganados / 7 partidos perdidos (4º EN LIGA)

TEMPORADA 2016/2017. JUVENIL FEMENINO

8 partidos ganados / 5 partidos perdidos (3º EN LIGA)

TEMPORADA 2016/2017. SENIOR FEMENINO

6 partidos ganados / 10 partidos perdidos (LATINA, 6º EN LIGA). 10 partidos ganados / 6 partidos perdidos (CHAMBERI, 3º EN LIGA)

TEMPORADA 2016/2017. SENIOR MASCULINO FEDERADO.

15 partidos ganados / 13 partidos perdidos (10º EN LIGA. 2ª DIVISION AUTONOMICA B)

EL FENÓMENO LUKA DONCIC

Con más de 160 partidos disputados en el baloncesto profesional, todo lo que se pueda decir a estas alturas de Luka Doncic será cualquier cosa menos original. Aun así, intentaremos explicar todavía más todo aquello que significa el 'fenómeno Luka Doncic' y que ha resultado toda una revolución en el baloncesto europeo llegando a llamar la atención incluso de ese otro mundo que está al otro lado del Atlántico que parece tan inalcanzable como es la NBA.

Empecemos por el principio. La pasión de Doncic por el baloncesto le viene de lejos, y es que su padre, Sasa, también fue jugador, llegando a debutar con la selección de Eslovenia. De hecho, cuenta la leyenda que Sasa se llevaba a su hijo a sus entrenamientos aún siendo un bebé, y que este solo se calmaba cuando escuchaba los botes de un balón de baloncesto. Tras hacer sus pinitos en el mundo del fútbol, el voleibol, el judo e incluso con el baile, Doncic se decidió a por el baloncesto con 10 años y desde entonces no dejó de encandilar a todos los que estaban a su alrededor. Una vez aterrizado en Madrid, en septiembre de 2012 con 13 años tras haber jugado la Minicopa de la temporada anterior, lo más sorprendente era que todos sus entrenadores y responsables en el Real Madrid decían que lo mejor que tenía era su cabeza, la madurez mental con la que un chico afrontaba el abandono de su Ljubjana natal dejando colegio, amigos y familia para irse a una ciudad y un idioma que apenas conocía. Se trataba de un jugador especial, de esos que se dice que salen cada 50 años y a los que aparte del físico y del talento, una cabeza muy bien amueblada les hacía mantener los pies en la tierra y no subirse a las nubes cuando promediaban 40 de valoración en una Minicopa o hacían un triple-doble (más de 10 en tres apartados estadísticos diferentes) en torneos internacionales.

Quizás por eso con 16 años y dos meses, Doncic se convertiría en el jugador más joven en debutar en un club como el Real Madrid, y lo haría anotando un triple tocando su primer balón. Aquel mismo verano se fue a Estados Unidos a entrenar el tiro y algunos otros fundamentos. A su regreso sus compañeros alucinaron del cambio físico que había experimentado, creciendo algunos centímetros inclusive, pero mentalmente seguía siendo el mismo.

"No me malinterpreten, pero sigue siendo un niño. Ve los dibujos, series como Friends... pero cuando entra en la cancha es increíble", afirmaba Goran Dragic durante el último Eurobasket. El mismo jugador que pudo compartir vestuario con su padre. ***"Él nos veía entrenar y aprendió rápido"***, recuerda Dragic.

Su conversión al jugador total que es hoy en día, capaz de anotar, dirigir al equipo, rebotear o aportar intangibles que no se pueden contabilizar, le ha abierto las puertas de la NBA, donde podría presentarse como el mejor jugador de su generación. Pero mientras eso llega, que tarde o temprano llegará, a nosotros solo nos queda disfruta de un jugador al que con 18 años ya comparan con los más grandes de la historia. ***"Tiene un poco de Toni Kukoc, ve el juego como Dejan Bodiroga, se mueve como Drazen Petrovic y pasa como Milos Teodosic"***, manifiesta su padre, Sasa. El presente y el futuro, son suyos.

Andrés Castrejón

LAS BATALLITAS DEL ABUELO CEBOLLETA

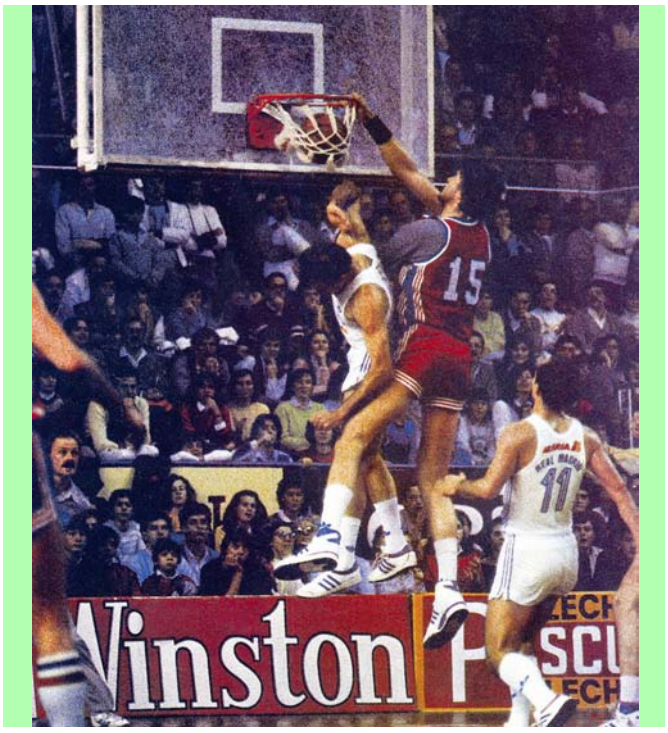
TORNEO DE NAVIDAD

Inauguro esta sección dentro de la revista del Club, hablando del que supuso mi primer contacto con el mundo del baloncesto: el Torneo de Navidad del Real Madrid. Tan tradicional como el propio sorteo de la Lotería, me congregaba ante el televisor (aún en blanco y negro) durante los días 23, 24 y 25 de Diciembre, celebrando las canastas entre polvorones y villancicos. Yo era uno de aquellos chavales que alucinaban con las estrellas internacionales que venían a endulzarnos un poco más las navidades. Ahora recibimos la visita más o menos asidua de equipos de la NBA en pretemporada, pero en mi infancia era la única manera de ver a esos grandes jugadores.

Ideado por Raimundo Saporta, con la organización de la FIBA, comenzó allá por el año 1966 y sirvió de inauguración del pabellón que estaba en la antigua Ciudad Deportiva del Real Madrid. Como curiosidad, ese primer año hubo de retrasarse la celebración del Torneo al día 6 de enero porque alguien se olvidó de los baños femeninos. En un primer momento se le dio oficialidad, y bajo el patrocinio de Phillips se llamó Torneo Intercontinental, siendo los participantes ese primer año el Ignis de Varese, el Corinthians de Brasil (campeón suramericano), el Jamaco Saints de Chicago (campeón de la liga comercial de EEUU) y el Real Madrid. El segundo año se denominó Copa Latina, contando con los campeones de España, Francia, Portugal y Sudamérica. A partir de la tercera edición pasó a llamarse Torneo de Navidad. Durante estos primeros años jugaron equipos de todo el Mundo, aunque la más celebrada de aquél tiempo fue la participación de la Universidad de North Carolina, con George Karl (tiempo después fue entrenador del Real Madrid) y el fabuloso McAdoo en el equipo. En 1981, pasó a considerarse una competición de carácter amistoso, aunque siguió contando con la colaboración de la FIBA, y en este caso el patrocinio de El Corte Ingles. Vinieron selecciones de primerísimo nivel como fueron la Unión Soviética (con un jovencísimo Sabonis, que al machacar rompió un tablero), Yugoslavia, Australia, Grecia, Italia, Israel, equipos españoles como el Joventut o el Estudiantes, y potentes equipos europeos como la Jugoplastika, CSKA de Moscú, Maccabi de Tel Aviv, Benetton de Treviso, Cibona de Zagreb, entre otros. En una sección del canal Teledeporte llamada colección vintage, aún repiten algún partido de aquella época.

El paso del tiempo, los calendarios apretados, el descanso navideño de los jugadores fueron acabando poco a poco con el Torneo. Y aunque se intentó revitalizarlo haciéndolo a partido único, incluso cambiándolo de fecha, la menor entidad de los equipos invitados restó el interés de los aficionados. Hoy echo la vista atrás con nostalgia y recuerdo lo que me impresionó ver a aquellos magníficos jugadores foráneos como Berkowitz, Aroesti, Nikos Galis, Toni Kukoc, Dino Radja, Sabonis, Tachenko, Oscar Smith, y tantos otros que ahora mismo no me vienen a la memoria. También mencionaré a algunos jugadores que nos sonaran más como Brabender, Corbalán, Delibasic, Walter Szczerbiak, Fernando Martín, Drazen Petrovic, Clifford Luyk , etc. En fin, un Torneo que marcó una época, que ayudó a la difusión del baloncesto en España y que definitivamente me enganchó a este maravilloso deporte.

Antonio Castrejón



¡Les gusta el baloncesto!

Los chicos y chicas de los que os hablaré a continuación tienen 8 y 9 años, son alumnos del colegio Lourdes y, lo mejor de todo, ¡les gusta el baloncesto!

En la temporada 2017-2018 el Club Deportivo Lourdes incluye entre sus equipos al Benjamín Mixto. Después de haber disfrutado la temporada pasada de la Copa de Primavera, este nuevo curso retomamos el baloncesto con más ganas que nunca. La anterior temporada nos sirvió para degustar por primera vez el sabor de este gran deporte y todo lo que trae consigo, pero no dejó indiferente a nadie y por ello este año volvemos a dar guerra. El nuevo equipo cuenta con un grupo de jugadores excepcionales, para muchos de ellos es la primera experiencia en competiciones reguladas en las que nos enfrentamos a otros equipos del barrio. Al ser la primera vez que participamos, las primeras jornadas nos están costando un poco, la derrota no es plato de buen gusto para nadie. Pero si algo destaca en nuestro equipo benjamín es la fuerza y las ganas que le ponen a todo, son unos luchadores. A las entrenadoras no nos preocupan estos primeros resultados porque sabemos que poco a poco nos adaptaremos e iremos avanzando juntos para poder demostrar los logros conseguidos, y así, convertir esas derrotas en victorias.

Entrenamos con un grupo de 30 jugadores de 3º y 4º de primaria, muchos de ellos veteranos que quieren repetir la experiencia del año pasado, y otros, nuevas incorporaciones que llegan con muchas ganas de probar el baloncesto. Carla y yo, como entrenadoras, estamos trabajando desde el primer día para ayudar y acompañar a los jugadores en esta etapa de iniciación al deporte, tanto a nivel técnico como a nivel colectivo. Además de trabajar con ellos en su educación deportiva y los principales fundamentos del baloncesto, también intentamos trabajar para transmitir los valores del Club Deportivo y el gusto y la pasión por este deporte. Creemos que en el baloncesto a estas edades uno de los factores más importantes a tener en cuenta es ser capaces de formar un grupo unido en el que todos y cada uno de los jugadores que lo componen aporten su granito de arena y se sientan importantes. Es un deporte de equipo y es primordial que los niños sientan una unidad como tal y entiendan que el baloncesto sin un equipo no sería lo mismo.

Todos tenemos muy buenos deseos y muchas ganas para esta temporada que acaba de comenzar. Las entrenadoras estamos muy orgullosas del equipo que llevamos y tenemos mucha confianza en ellos, si siguen trabajando como hasta ahora van a mejorar muchísimo.

Laura Jiménez.

Elías y Caste: fin de ciclo.

Por primera vez en diez años, no visten la camiseta verde, no están pendientes del rival del sábado próximo ni deseosos de que llegue la hora del partido. Diez años han pasado desde el debut, desde aquella fría mañana de noviembre en la que el abrupto campo de Las Cruces (entonces tierra y cal) acogió el primer partido de la temporada del CD. Su primer partido.

Pablo Castelao y Elías Arteaga. Ellos son los dos únicos que han dado continuidad al equipo en que han permanecido fieles a los colores de CD Lourdes. Cierto que hubo equipo todos los años (dos en algunas ocasiones), pero ellos dos son los únicos que no han fallado ningún año. Aunque solo sea por eso, y descontando que son dos grandes chavales, merecen que les prestemos un poco de atención.

Toda la vida en el CD Lourdes. ¿Porque elegisteis el CD Lourdes?

Pablo. Así es. Empecé a jugar en el club cuando tenía 8 años, conocía otros del barrio, pero no me acababan de convencer. Hablamos entre los compañeros de clase y decidimos meternos en el club de nuestro colegio, ahí nos conocíamos todos y nos divertíamos.
Elías. Lo que molaba era eso, que éramos amigos. Entrenar era como seguir jugando en el patio.

¿Qué os empujó a empezar en el fútbol?

Elías. Yo creo que cuando empiezas, sueñas con ser futbolista y esas cosas, pero luego lo que valoras es que se consolida el grupo, que quedas para echar el partido. No sé como decirte, se crea ese rollo y es lo divertido.
Pablo. Con el tiempo te vas dando cuenta de lo que haces bien y de lo que no; vacilas a los demás, y te vacilan. Eso es la esencia

¿Qué recuerdos tenéis de los primeros partidos?

Pablo. Los primeros partidos no se nos dieron del todo bien, perdíamos casi todos, pero no nos importaba, nosotros nos divertíamos juntos.
Elías. Hombre. También nos picábamos. Pero no duraba demasiado. Nos enfadábamos un poco, pero enseguida se nos pasaba. Yo lo que recuerdo es que el campo era muy grande. Luego no lo parece tanto, pero cuando empezamos éramos muy pequeños.

¿Y los entrenamientos?

Pablo. Al principio entrenábamos en el polideportivo, pero cuando crecimos empezamos a jugar en el campo de tierra. Nos hacíamos mayores, éramos más importantes. Nos lo empezábamos a tomar en serio, el fútbol estaba empezando a ser parte de nuestras vidas.
Elías. Los últimos años estábamos de lujo, en el campo del Parque Aluche. Pero un año o dos entrenábamos en el campo de tierra que hay al otro lado de la autovía. No veas, barro, cristales, suciedad… pero bueno, habiendo una pelota por el medio todo se nos pasaba.

¿Qué era lo que más y lo que menos os gustaba de los entrenamientos?

Elías. Lo mejor era el partidillo, sobre todo porque jugaban los entrenadores. Y porque es lo que queremos todos: jugar. Lo peor, el físico,

Pablo. Y cuando nos poníamos a ensayar cosas y no salían. Pero con buen humor todo se suplía. La motivación en los entrenamientos es que todo el equipo quería jugar partidos.
Elías. También, a medida que pasaba el tiempo, íbamos mejorando.
Pablo. Sí. Empezamos a ganar partidos y a competir por los primeros puestos. lo cual nos motivaba aun más a seguir mejorando; pero también, cuando perdíamos no nos sentaba bien y nos estropeaba un poco el fin de semana.

Hablemos de entrenadores ¿Con quién estabais más a gusto; quién os aportó más?

Elías. Todos nos enseñaron algo. Dani, en benjamines, fue el que primero nos intentaba colocar, hacer que no fuésemos todos detrás del balón. Y mira que era difícil.
Pablo. El mejor entrenador para mí fue Fernando Albor, nos trasmitía confianza y buen rollo, nos hacía disfrutar más del fútbol y con él desarrollé todo mi potencial futbolístico (aunque no fuera mucho).
Elías. Sí si. Javi también nos hizo ser más competitivos
Pablo. Y Fer Ponce a jugar con más cabeza y reposo
Elías. Eso y los dos años de juvenil sin entrenador ¡Ja, ja! Así nos fue.

En todo este tiempo ¿Cuál es el recuerdo más alegre y el más triste?

Pablo. El mejor momento de mi carrera en el Lourdes, son casi el mismo: fue cuando ganamos la copa de primavera, fue nuestro primer trofeo y estábamos muy orgullosos, pero lo malo es nos enfrentamos en la final con el Lourdes B, conseguimos la victoria, pero ver a tus compañeros de clase llorando no nos sentó bien.
Elías. Es verdad. La alegría de ganar, pero a costa de compañeros y amigos. Eso fue en infantil. Luego en cadete quedamos campeones de distrito. Ahí si que éramos un equipo redondo

¿Qué os han aportado todos estos años en el club?

Elías. He podido jugar al fútbol, que me encanta, y lo he hecho con mis amigos. No se puede pedir más.
Pablo. El fútbol nos ha servido para unirnos más. Todavía a veces quedamos para echar algún partido.

Si volvierais a empezar ¿qué os gustaría mejorar en el club?

Elías. Yo volvería a jugar en el club. Supongo que se pueden cambiar cosas, pero yo me he sentido muy a gusto.
Pablo. Ha pasado mucho tiempo desde que empecé en el Club Deportivo Lourdes, nunca se me olvidarán los momentos y los años que pasé en él. Jugar allí era olvidarse de todo, era compartir momentos, risas e incluso enfados, pero siempre rodeados de lo que de verdad nos gustaba, el fútbol. Sin dudar los repetía, fue una gran etapa en mi vida.

Y hasta aquí hemos llegado. Quedan atrás diez temporadas. Madrugones, días de frío; alegrías y pequeñas frustraciones, pero con un balance positivo. Queda por delante una vida en la que, estamos seguros, siempre habrá un recuerdo para el CD Lourdes.

José Velasco

REQUIEM POR EL FÙTBOL

Es un hecho histórico. Por primera vez en casi treinta años, el CD Lourdes no cuenta con ningún equipo de fútbol. Nothing. Nischts. Niente. Rien de rien.
Histórico. Porque histórico, aunque se use con demasiada soltura para referirnos a uno u otro suceso, más o menos baladí, tiene más que ver con lo que resulta raro o novedoso en una cadena de acontecimientos. Y no me digáis a mí, que no es de chocar que, tras tantos años con equipos numerosos triscando por los campos de juego del distrito, este año no estamos presentes en los Juegos Deportivos.
¿Por qué? No creo que haya una respuesta clara en la que todos estemos de acuerdo. Es verdad que muchos chicos se van a equipos de barrio, que el baloncesto ejerce una poderosa fuerza centrípeta (¡enhorabuena, compañeros!), que hay menos alumnos en el cole,… Todo puede influir, desde luego. Lo que parece cierto es que en el Club no hemos sabido generar la ilusión suficiente.
Además de ese tirón que tiene el baloncesto, lo cierto es que son muchos los chicos que se enrolan en equipos del barrio, casi siempre de fútbol 11 que, en lugar de en los Juegos compiten en torneos de la Federación y con los, en ningún caso podemos competir.
Pero claro, en esos equipos hay un corte de entrada y a ellos solo pueden acceder los chicos con más talento, quedando con menos opciones quienes no tienen suficiente nivel técnico o táctico; y ese es nuestro pesar, pues la filosofía del CD Lourdes es que todo el mundo pueda hacer deporte y competir, hacer equipo con los mimbres que haya en cada momento, el mejor de los cestos posible, pero dando valor a todos.
Ese es nuestro propósito, generar oportunidades, crear equipos y que, no tardando, el verde de nuestro uniforme, vuelva a hacerse notar en los campos de fútbol del distrito.

José Velasco

BAR
EL TERCIO DE QUITES
C/ Antillón 12

El mate de la coz

No te asustes, querido lector. No vamos a hablar de coces ni de mulas. Hablamos de ajedrez, el primer deporte federado en nuestro colegio, por los años setenta, cuando aún no habíamos fundado el Club Deportivo con equipos de baloncesto y fútbol. Llegamos a tener más de cien jugadores, no todos eran alumnos del colegio. Jugábamos en lo que hoy es el salón de actos del instituto. Conseguimos tener tres equipos federados, uno en primera categoría, donde jugaban conmigo algunos padres y antiguos alumnos, otro en segunda con alumnos de bachiller y el de tercera formado por alumnos de doce a catorce años. Este último equipo llegó a proclamarse campeón escolar de Madrid. Como ya escribí en números anteriores Román Torán, maestro internacional, vino al Colegio con su equipo para jugar 350 partidas simultáneas. También nos visitó Nieves García, campeona de España, jugando 35 partidas en abril de 1985. En las vitrinas del Colegio hay banderines y trofeos de aquella época.

En 1981 fundé el Club Deportivo y, tras unos años dirigiendo ambas actividades, tuve que dejar el ajedrez. Era una labor muy personal, no me podía dedicar a las dos actividades. El ajedrez ha quedado reducido en el Club a un torneo que desde años organizamos en el mes de marzo. Es un juego que influye muy positivamente en la mente de un niño. Por ello es recomendable su aprendizaje en los colegios. Para empezar basta con aprender a mover las piezas y conocer las reglas básicas.

Y ahora volvemos al título de este artículo. El jaque mate más famoso del ajedrez es el mate pastor, que se da a los aprendices en la cuarta jugada con la dama apoyada por un alfil. Pero hay otro mate, poco conocido y muy difícil de dar. Es el mate de la coz. Con la partida muy avanzada y tras unos precisos y preciosos movimientos entre la dama y un caballo acosando al rey rival la partida termina con sacrificio de la dama y el caballo, sólo el caballo, da jaque mate a un rey arrinconado.

Ángel Izquierdo

CARRION 2017

SUBIENDO LA APUESTA

Existe una frase muy extendida en el mundo del cine, casi un axioma, que afirma que “segundas partes nunca fueron buenas”. Se refiere sin duda a aquellas películas que buscaron, sin encontrarlo, repetir el éxito de sus predecesoras. Salvo algunas (pocas) excepciones, estas secuelas jamás lucieron como las originales.

Hago esta entradilla para hablar del 2º Campus de baloncesto del Club, celebrado entre los días 23 y 30 de junio de 2017. A diferencia del primero, que afrontamos asumiendo nuestra total inexperiencia, en esta ocasión había un listón que superar y también unas ganas de atrevernos con algo más. Queríamos demostrar que habíamos aprendido de los errores cometidos en El Campello un año antes, que los hubo a pesar de que el resultado final satisfizo a casi todos/as.

En primer lugar decidimos cambiar de destino y elegir uno más cercano, con más y mejores instalaciones deportivas y, especialmente, con un pabellón cubierto al que poder llegar tras un paseo y no tras una excursión. Encontramos ese lugar en Carrión de los Condes (Palencia), a un par de horas de autocar. Renunciábamos así a la playa, pero a cambio ganábamos otras cosas, las que he apuntado antes más piscina, sala de juegos y una zona de cabañas en la que podíamos convivir todos juntos/as, con mayores comodidades.

A continuación empezamos con la organización del Campus, que sería más compleja ya que habíamos decidido subir la apuesta. Más plazas para campuseros/as, más entrenadores/as y un día extra que podíamos dedicar a descansar de baloncesto visitando Santander, con parque de aventuras por la mañana y playa, ahora sí, por la tarde. Los entrenamientos se planificaron en tres niveles distintos, de manera que esos días también sirvieran para la mejora técnica de todos los chicos/as del Club que así lo quisieran.

En total 40 chicas, 31 chicos y 12 monitores/as pasamos una intensa y divertida semana en Castilla y León. Entre las actividades más valoradas estuvieron los entrenamientos matinales, las veladas nocturnas y la jornada de descanso en Santander. Las competiciones de tarde y la gestión del tiempo libre quedaron como aspectos con margen de mejora. Además, las cabañas no fueron todo lo confortables que esperábamos y la climatología se torció los dos últimos días. Por encima de aciertos y errores, todos los asistentes valoraron como muy positiva su relación con compañeros/as y monitores/as. Y esto es lo más

importante, que la inmensa mayoría está deseando volver el próximo verano. ¿Dónde? No está decidido aún.

Para terminar, me gustaría recordar el “top 3” de momentos inolvidables que viví en Carrión. La medalla de bronce es para la noche del terror, en la que se combinaron el espléndido trabajo de todos los monitores/as en un entorno propicio, con la vieja residencia completamente a nuestra disposición, ya que el Campus de balonmano con el que compartimos las instalaciones llegaba un día más tarde. La plata, por divertida y sorprendente, es para la noche de despedida, con todos los grupos haciendo su particular versión de la “haka” neozelandesa. Cuánto talento e imaginación puede salir de un grupo de chavales relajados/as. Y el oro, el Oscar o el premio gordo, por fusionar a la perfección terror y risas, fue cuando la marea de Santander nos pilló a traición y empezó a llevarse ropa, toallas, chanclas, mochilas… que entre unos pocos pudimos ir rescatando poco a poco. Después nos tomamos un helado y aquí paz y después gloria.

Todos, monitores/as y campuseros/as, vamos sumando experiencias y haciéndolo un poquito mejor cada año. En el momento de leer estas líneas, es muy probable que ya estemos haciéndonos las primeras preguntas para poner en marcha el 3º Campus deportivo del Club. ¿Sólo baloncesto o más deportes? ¿Playa o montaña? ¿Norte o Sur? Sea como sea, intentaremos completar la trilogía de la mejor manera posible.

Adán Bel
(monitor en el 2º
Campus CD Lourdes)

DIEZ AÑOS DE UNA GESTA:

ESPAÑA, CAMPEONA DE EUROPA 2007

El 16 de septiembre de este año se cumplieron 10 años desde que la selección española masculina de voleibol se proclamó campeona de Europa en Moscú en el año 2007, seguramente el mayor logro de su historia.

Aunque los resultados deportivos siempre tienen algún componente azaroso, vamos, de suerte, este triunfo tan significativo representó el final de una época, de una generación de jugadores inolvidables que culminaron con el

campeonato de Europa buenos resultados previos, como el cuarto puesto en el Campeonato de Europa de 2005, cuando se rozó la victoria ante Rusia en semifinales, para perder opciones de medalla ante Serbia en la final de consolación. Y poco antes del Europeo del 2007, los españoles habían vencido ya en la Liga Europea, lo que indicaba también su buen momento.

La primera fase del campeonato, que se celebró en Rusia, fue testigo de tres victorias de la selección española, sobre Eslovenia (3-1), Eslovaquia (3-0) y Francia (3-0), más complicadas de lo que podría desprenderse del resultado.

La segunda fase nos depararía tres duros enfrentamientos, todos saldados también con victoria, contra Holanda (3-1), Alemania (3-1) y Serbia (3-2). Esta última supuso toda una revancha de la final de consolación del campeonato de 2005, cuando la victoria de Serbia nos privó al menos la medalla de bronce. Lo ajustado de los tanteadores muestran la igualdad del partido: 26-24, 19-25, 26-24, 22-25, 15-10.

Ambas con cinco victorias en cinco partidos y tan sólo cuatro sets en contra, Rusia y España llegaban a semifinales como favoritas, si bien el duelo de semifinales no resultaría nada sencillo para España. Allí nos esperaba Finlandia, conjunto que nos conocía bien, pues habíamos preparado el campeonato con ellos. El partido también se resolvió en el tie-break, remontando los hispanos un marcador adverso de 2 sets a 1.

En la final, nos habríamos de encontrar con los anfitriones y ante 15.000 espectadores mayoritariamente con el equipo local. Además, teníamos aquí otra posibilidad de revancha, pues fue Rusia quien eliminó a nuestra selección en el anterior campeonato de Europa en semifinales. Por ello, por jugar en casa y por su historial como selección, los rusos eran claros favoritos. La única ventaja de los españoles habría de ser la ausencia de presión, pues los objetivos previos estaban ya más que superados.

Con esos antecedentes, la selección española inició el partido con un muy buen juego que le permitió llevarse el set con relativa facilidad (25-18). El segundo set fue testigo de la reacción rusa, que se llegó a poner con 5-10 a su favor, hasta que la reacción hispana les llevó a remontar hasta el 16-14. Sin embargo, algunos errores arbitrales y la pérdida de concentración de los nuestros condujeron al 20-25 a favor de los eslavos.

En el tercer set el equipo español también tuvo ventaja en el marcador, alcanzándose el

24-21 a nuestro favor. Sin embargo, 5 saques potentísimos del equipo ruso nos quitaron la posibilidad de ponernos en ventaja.
Las cosas se ponían muy difíciles para la selección española, especialmente con un 13-16 en contra en el cuarto set. Aun así, nuestro equipo se repuso, consiguió igualar el set y llevárselo en un final de infarto que llegó hasta el 30-28 a nuestro favor.
En el quinto y definitivo set España tuvo ventajas claras hasta contar con un 10-5 a favor, pero los nervios de alcanzar lo imposible y el cansancio llevaron hacia el empate a 14. El ya mítico bloqueo de Julián García-Torres supuso el 16-14 que valía todo un título europeo y la gloria para una generación de oro.

Los héroes de Moscú fueron:

- Julián García-Torres
- Guillermo Falasca
- Enrique De la Fuente
- José Luís Moltó
- Miguel Ángel Falasca
- Israel Rodríguez
- José Luís Lobato (líbero)
- Guillermo Hernán
- Rafa Pascual.

Juan Carlos Revilla Castro

TEMPORADA 2016/2017

El arranque de esta temporada no supuso más que nuevas experiencias y un gran compromiso por parte de las/os jugadoras/es, las familias, el club deportivo y las entrenadoras.
Os vamos a poner un poco en contexto para que entendáis todo nuestro entusiasmo y nuestras ganas de seguir con estos grandes equipos y las personas que los componen.
Comenzamos con un nuevo benjamín, el cual se componía de una mitad del equipo que llevaba un año, junto con unas cuantas nuevas e ilusionadas incorporaciones. Este pequeño equipo se fue formando y adaptando a lo largo del año, y lo único que hizo fue sorprendernos a medida que pasaba la liga. Los partidos empiezan con nervios, pero estos no nos paran la motivación y las ganas de competir. Las/os más peques del vóley consiguieron llevarnos a un primer puesto en la segunda fase de la liga, la alegría no cabía en nosotras, un gran equipo que disfrutando y divirtiéndose en la pista llega a una victoria, su primera victoria y que contentas estamos todas! Además, participamos a final de temporada en la competición de minivoley organizada por la Federación Madrileña de Voleibol y ahí estuvimos a punto de clasificarnos para semifinales, todo un éxito, otro más.

Con un alevín totalmente renovado, con muchas nuevas incorporaciones, este equipo no se dio nunca por vencido, incluso consiguió algunas meritorias victorias para un equipo en construcción. Cada entrenamiento en el que nos dejamos las zapatillas en el suelo del polideportivo, nos esforzamos y disfrutamos por seguir mejorando como personas y como equipo y, cómo no, aprendiendo los valores que el deporte nos transmite.
Respecto del equipo infantil femenino, categoría nueva, equipo unido. Ante la nueva temporada que nos esperaba por delante, dejábamos atrás la pista de mini vóley, en la que solo entraban 4 personas en el campo, para pasar a otra donde entran 6, campo más grande, red más alta y otros objetivos por cumplir. Sin embargo, las novedades de la categoría no se nos atragantaron y mostramos que éramos un equipo sólido que sabía jugar en el campo grande. Esta esperanza de la gran temporada se cumplió, lo conseguimos y disfrutamos de un año en el que no solo fuimos más que un equipo, sino que aprendimos más sobre vóley, ¡nuevas posiciones, nuevas rivales y mucho esfuerzo y camino por delante! Bueno, y la victoria en la Copa de Primavera fue un digno colofón a todo esto.

"La actitud es una pequeña cosa, que hace una gran diferencia"

Candela Artolazábal
Paula Artolazábal
Entrenadoras de voleibol

PLAYING3x3. Del Colegio Lourdes hasta Gambia.

Un total de 30 equipos se unieron al PLAYING 3x3 para celebrar un año más el torneo de baloncesto en el colegio madrileño.

PARTICIPARON MÁS DE 150 JUGADORES

El 18 de junio de 2017, mientras algunos estudiantes ya estaban pensando en los meses de verano que les esperaban por delante, otros estaban preparando con ilusión el torneo que les había propuesto PLAYING, la ONG del deporte.

Y es que, más de 30 equipos de diferentes categorías jugaron durante todo el día para donar al proyecto educativo un total de 1.000 euros. Gracias a ellos, la ONG recaudó más de 10.000€ a lo largo de la temporada 2016/17.

Se trata de la décima edición de este 3x3 que el colegio Lourdes acogió desinteresadamente en sus instalaciones por tercer año consecutivo, en el que más de 150 jugadores pudieron conocer de primera mano los próximos pasos de PLAYING y sus retos.

Proyecto Educativo en Gambia

El torneo en este colegio madrileño fue uno de los últimos que se realizó antes de que algunos voluntarios partiesen rumbo a Gambia para comenzar con el proyecto educativo, el cual verá la luz en verano del próximo año.

Durante julio y agosto 11 voluntarios llevaron a cabo una gran expedición por el país (financiado por ellos mismos), visitando más de 20 escuelas para aprender de ellas y desplazándose hasta diferentes localizaciones necesitadas de un proyecto educativo. Finalmente se ha encontrado una ubicación en la que, tras dialogar con la comunidad, comprobamos que el proyecto que se podría crear a través de la financiación obtenida en los eventos deportivos como el celebrado en el colegio Lourdes, será un proyecto necesario, viable, tangible y sostenible a largo plazo.

Actualmente, PLAYING, y lo que en su día era un esbozo, supone ahora un reto y una esperanza para toda una comunidad: una escuela preescolar para 90 alumnos de entre 4 y 7 años en un pueblo de 5.000 habitantes en el que 3.500 de ellos son niños menores de dieciocho años, y más de la mitad no tienen acceso a la educación.

Debido a todo esto, PLAYING continúa creciendo y actualmente posee nuevas líneas deportivas incluyendo ya torneos de rugby, vóley y próximamente pádel. Más de 50 voluntarios forman parte ya de la ONG del deporte y gracias a colaboradores de la red del deporte solidario como el C.D. Lourdes, hacen que se pueda seguir adelante con el lema:

TÚ JUEGAS, TODOS GANAN.

Más info en: playingspain.org y redes sociales.

CAMPEONAS DE LIGA Y COPA Y SUBCAMPEONAS DE MADRID 2016/2017

INFANTIL FEMENINO A

ENTRENADORAS DEL CLUB DEPORTIVO LOURDES

TEMPORADA 2017/2018