



Juan Angel, Durangoko Eguneako Ospitaleko entrenatzailea

Ainara Berasaluce eta Jose Diaz

Zuk kirola egitea gustuko izan duzu betidanik.

Beti egin dut kirola, txikitatik. El Karmelo eskolako taldean hasi nintzen futboleant, gero Amorebietako Jubenilean, ondoren futbol-aretoan, eta azkenean erregionalean, Larrabetzuko Uritarra taldean, baina belauneko lesioa izan eta utzi behar izan nuen.

Eta orain entrenatzaile zara.

Bai, entrenatzaile nazionaleko titulua lortu nuen, baina orain ez nago entrenatzen. Talde batzuk entrenatu ditut: Karmengo Ama Zornotzan, Ikasi Zornotzan, Amurrio, Amorebieta (bi aldiz), eta Bermeoko jubenilak.

Eguneko Ospitalean, futboleant aritzen zarete ala multikirola egiten duzue?

Biak egiten ditugu, multikirola Durangoko Eguneko Ospitalean, eta futbola Eragintzan. Multikirolean, 15-16 neska-multil gaude; futboleant, mutilak bakarrik, baina egun batzuetan neskak ere etortzen dira.

Futbola bakarrik egiten zenean, neskek ez zuten kirolik egiten; multikirolarekin, berriz, bai.

Nik gauza positiboa dela uste dut. Futboleant, batzuetan neskak ere etorri dira. Edozein kirol mota egitea ona da guztientzat. Multikirolean, beroketak, jolasak, ariketak eta luzatze-ariketak egiten ditugu. Batzuetan baloia ere erabiltzen dugu.

Zer dela eta hasi zinen zentroan entrenatzen?

Entrenatzen hasi nintzen, Milak, Durangoko erizainak, proposatu zidalako, eta gero Eguneko Ospitaleko erizainek eta Athleticen monitore Igor Arenazak. Berarekin asko ikasten dogu. Eta Boluka futboleko monitorearekin, ere bai.

Zuri zer ematen dizu entrenatzaile-lana egiteak?

Kirola egiteko modu bat da, eta adiskideei kirola nola

egin irakastea, eta ikasi nuena praktikan jartzea. Gainera, kirolarekin hobetu dute autoestimua. Guztiok zerbait ematen dugun talde-kirola da, eta laguntzen digu elkar ezagutzen eta ulertzen. Fisikoki, mentalki eta sozialki hobetzen da, besteekin erlazionatzen eta kirol-kultura ikasten duzulako.

Gehien gustatzen zaizkizun gauzen artean, non kokatzen duzu entrenatzaile-jarduera?

Niretzat gai garrantzitsua da, baina kontua da entrenatzen duzun taldeari egokitzen, eta lagun eta familiaren mailan kokatzen jakitea.

Beraz, etorkizunari begira, asmorik duzu entrenatzen jarraitzeko?

Bai, entrenatzea gogoko dut, baina lan kolektiboa da, guztiek egiten dute ekarpena.

Zu Eragintzarekin jokatzeko ari zara, ezta?

Bai, aurten areto-futboleant aritzen naiz Eragintzan, Durangon ez zegoelako nahiko jende talde bat osatzeko, eta esan zidaten han jolasteko.

Eta noraino amorratzen zaitu partida bat galtzeak? Eta zer ematen dizu partida irabazteak?

Irabaztea edo galtzea bigarren mailakoa da, kiroltasunarekin eta adiskidetasunarekin konparatuz. Irabaztea gustatzen zait, baina lehenengoa da garrantzitsuena.

Orduan, kirolari petoa zaitugu, ezta?

Ona da kirolari izatea, bakoitza bere gaitasunen arabera.

Zer esango zenieke ariketarik egiten ez duten zentoko kideei?

Parte hartzeko animatzen ditut, kirolak laguntzen du hobeto sentitzera, ez bakarrik fisikoki, mentalki ere bai.