



LA SELECCIÓN DE EUSKADI AFICIONADA PASA A LA 2ª FASE DE LA COPA DE LAS REGIONES UEFA

¡VAMOS!



EL FÚTBOL VASCO
DISFRUTA CON LA COPA



DOS MUJERES ÁRBITRO
FORMAN EQUIPO EN 3ª



LEZAMA ACOGIÓ EL
ESTATAL FEMENINO

1/6

Zenbaki hau produktuaren arriskuaren adierazlea da: 1/6 Zenbakiak arrisku txikiagoa adieratzen du, eta 6/6 zenbakiak, berriz, handiagoa.

Kutxabank Kreditu Erakundearen Gordailuak Bermatzeko Funtsari atxikita dago. Funts hori urriaren 14ko 16/2011 Errege Dekretuan aurreikusita dago. Funts horrek gaur egun gehienez 100.000 euro bermatzen ditu gordailugile bakoitzeko.

KONTUA ETA TXARTELA DOAN

(ITN eta UTB %0)

Baldintzak:

- 600 euroko nomina edo 400 euroko pentsioa helbideratuta edukitzea.
- 6 ordainagiri zordunduta hiruhileroko likidazio-aldi bakoitzean.
- Online Bankako zerbitzua kontratatuta eta titularretako bakoitzaren telefono mugikorraren zenbakia jakinarazita edukitzea.
- Kontu honi lotuta dauden eta beren titularrenak diren txartel guztien kontsumo garbiak hiruhileroko likidazio-aldi bakoitzean, gutxienez, 300 eurokoa izan behar du edo 1.200 eurokoa likidazioaren aurreko 12 hilabeteetan.

* OK Kontuaren baldintzak hiru hilean behin berrikusten dira. Baldintzetako edozein ez betetzeagatik, sortzapenaren ondorengo hilabetean, (hiru hilabeteko) likidazioaldi bakoitzeko 24 euroko komisioa kobratuko da zuzenean. Baldintzak hiruhileko likidazio bakar batean ez betetzekotan, 3.000 euroko batez besteko saldoa edukita, UTB -%0,80 izango litzateke.

Kutxabank, SA. Kale Nagusia, 30-32, 48009 Bilbo. IFK: A95653077. Bizkaiko Merkataritza Erregistroan inskribatuta. 5226 Tomoa, 0 Liburua, BI-58729 Orria, 1 Folioa, 1. Inskripzioa.

Eskatu OK Plus Kontua.
OK bezeroentzako
komisiorik gabeko kontua*
doako Visa Dual
txartelarekin.

kutxabank

**ERRAZ
HURBIL
ORAIN**



3	EDITORIAL
4-7	PRIMERA DIVISIÓN
8-9	2ª B Y TERCERA DIVISIÓN
10-11	FÚTBOL FEMENINO
11	EN EL EXTRANJERO
12-13	COPA REGIONES UEFA
14-15	SELECCIONES VASCAS
16	FÚTBOL BASE
18-19	FÚTBOL SALA
20	NUTRICIÓN DEPORTIVA
21	WATS TEAM
22	NOTICIAS

©:
EUSKADIKO FUTBOL
FEDERAKUNDEA
FEDERACIÓN VASCA DE FÚTBOL

Erredakzio Batzordea
Comité de Redacción
Luis María Elustondo,
Kepa Allica, Haritz Gallastegi,
Unai Zabaleta y Fran Rodríguez

Koordinaketa. Coordinación
Disenu eta Maketazioa
Diseño y Maquetación
Cantera Deportiva S.L.
Argazkiak. Fotografías
Federación Vasca de Fútbol

HAMAIIKA
Euskadiko Futbol Federakundea
Julian Gaiarre 48 bajo
48004 BILBAO
Tfnoa: 94 473 19 00
webmaster@eff-fvf.eu
Depósito legal: BI-581-2014

Colaborador
Laguntzailea 

Hamaika ez da bere laguntzaileen
iritziaz erantzule egiten
Hamaika no se hace responsable
de la opinión de sus colaboradores/as

EDITORIAL

AÑO OLÍMPICO, ELECCIONES

En el presente año se han de convocar las elecciones de la práctica totalidad de las federaciones deportivas.

Concluye un periodo 2016-2020.

Todos hemos de hacer una reflexión sobre los aciertos, errores y omisiones.

Entramos en un nuevo ciclo, habrá nuevas candidaturas, nuevos proyectos, nuevas ilusiones.

El fútbol en Euskadi precisa con urgencia de un trabajo más unido, con unos objetivos consensuados y asumidos por las cuatro federaciones. Ello no impide la autonomía ni la labor de cada institución. Al contrario, sería enriquecedor y positivo en aras a la mejora de eficacia y resultados.

Cualquier iniciativa territorial será celebrada y compartida por todos en el constante compromiso plural de apoyar el fútbol en Euskadi.

En la EFF-FVF ante algunas dimisiones hemos nombrado nuevos directivos y asesores. Les deseamos el mayor éxito en su gestión.

La Federación Vasca sigue activa en todas las parcelas sin fisura alguna y con el mismo compromiso e ilusión, o mayor si cabe, que en otros tiempos.

No hemos de olvidar por ello el agradecimiento explícito a directivos, técnicos, auxiliares, empleados...

Muchas gracias a todos.

Luis María Elustondo.
Presidente Federación Vasca de Fútbol.

MENDIZORROZA SOSTIENE A UN DEPORTIVO ALAVÉS SIN PUNCH A DOMICILIO

Los babazorros tan sólo han sido capaces de sumar cuatro puntos a domicilio durante la segunda vuelta, con un bagaje de un triunfo, un empate y 7 derrotas.

A. M.



EL ALAVÉS B TRATA DE ASENTARSE EN SU ESTRENO EN LA SEGUNDA B

El equipo que dirige Iñaki Alonso ha completado una esperanzadora primera vuelta tras su reciente ascenso desde Tercera División. El filial babazorro ha finalizado esta primera parte del campeonato en la zona media de la tabla clasificatoria, en una Liga en la que los equipos filiales están rindiendo a un gran nivel.

El Deportivo Alavés deberá mejorar a domicilio en esta segunda vuelta si no quiere apostar su objetivo de la permanencia únicamente a Men-

diorroza. El estadio del Paseo de Cervantes ha vuelto a demostrar que es uno de los terrenos más complicados de la categoría ya que tan sólo el Sevilla y el Real

Madrid han sido capaces de ganar allí -ambos por la mínima- en esta primera vuelta. Fuera, en cambio, los de Asier Garitano han sumado 4 puntos sobre 27 posibles.



Eskoriatza Kalea, 5 | 01013 Vitoria - Gasteiz | T. 945 27 90 11

**AUTOCARES | COCHES DE LUJO | TAXIS | LIMUSINAS
GRUPOS | EMPRESAS | ESCOLARES | EVENTOS**

LOS BUENOS NÚMEROS DEL ATHLETIC CLUB INVITAN A SOÑAR CON EUROPA

Los rojiblancos han cerrado un buen año 2019, dejando atrás los fantasmas de 2018 que le llevaron a merodear con la zona peligrosa de la tabla clasificatoria.

A.M.

El Athletic Club ha recibido el 2020 con optimismo tras los buenos registros de 2019, un año en el que se ha consagrado como uno

de los equipos más sólidos del campeonato. Los de Gaizka Garitano se han hecho fuertes atrás, destacando como uno de los equipos que menos goles encaja de todo el fútbol europeo, y ahora busca crecer en su juego ofensivo para poder volver a jugar en Europa. Otro de los puntos fuertes de los rojiblancos ha sido su gran solvencia en San Mamés, donde ha hecho un auténtico fortín del que pocos equipos han podido arrancar algo positivo. Además, ha mejorado sus prestaciones a domicilio, llegando a puntuar en es-



**ETXEBERRIA BATE
RÉCORDS EN EL
FILIAL BILBAÍNO**

El entrenador de El-Egoibar ha imprimido su sello en un equipo que está exhibiendo un gran potencial ofensivo que le ha llevado a destacar como el más goleador de la categoría.

tadio tan complicados como el Bernabeu, el Sanchez Pizjuan o El Madrigal y rompiendo también una espectacular racha de Osasuna en El Sadar.

EL HOTEL GRAN BILBAO
es una factoría de emociones
donde te invitamos a formar
parte de nuestro Lifestyle, con
un estilo de vida saludable,
deporte y arte en cada rincón
del hotel.

Nuestras habitaciones están valoradas por la comodidad, luminosidad y el descanso que necesitas. Además, podrás disfrutar de nuestro desayuno buffet con cocina en vivo y con recetas healthy diseñadas por una nutricionista. En nuestro restaurante podrías disfrutar de la gastronomía local, sabores internacionales y de opciones saludables, así como de menús especiales para celebraciones.

HGB
HOTEL GRAN BILBAO



#HotelGranBilbao @HotelGranBilbao

Calle Indalecio Prieto 1 | 48004 Bilbao | 944 32 85 75 | hotel@hotelgranbilbao.com

LA SD EIBAR BUSCA SU MEJOR VERSIÓN PARA NO PASAR APUROS AL FINAL

Los armeros deberán ofrecer su mejor versión en esta segunda parte del campeonato si quieren lograr su objetivo del ascenso sin apuros.

A. M.



OTRO TRAGO AMARGO CON ESTA NUEVA EDICIÓN DE LA COPA

Tras eliminar al Logroñés y al Cacereño en las dos primeras eliminatorias, el Eibar sufrió un inesperado K.O ante el Badajoz (2ªB). Los de Mendilibar vuelven a tropezar así en un torneo que le ha reportado pocas alegrías en los últimos tiempos. Tan sólo en la 2016/17 fue capaz de llegar a cuarto de final, donde fue apeado por el Atlético.

El equipo de Jose Luis Mendilibar se ha visto condenado en la primera vuelta por dos malas rachas de cinco partidos, la primera justo en

el arranque de la temporada en la que sumó sólo dos empates (4 encuentros fueron a domicilio), y la segunda de la jornada 13 a la 17 en la que tan sólo logró un punto

sobre quince posibles. El Eibar deberá hacer de su estadio un fortín si no quiere sufrir para mantenerse una temporada más en la élite del fútbol estatal.



Goco Tour

Barrio Arregui - Polígono Cóndor - Edificio C
48340 AMOREBIETA

Tfno.: (+34) 94 630 82 50 - 24 horas: 665 295 623

E-mail: gocotour@gocotour.com - www.gocotour.com

- Viajes: NACIONAL e INTERNACIONAL
- BODAS, CELEBRACIONES, CONGRESOS, etc.
- Vehículos de: 7, 18, 22, 29, 37, 40, 55, 59, 71 Plazas
- ADAPTADO MINUSVÁLIDOS (PMR)
- Servicio de TAXI

LA REAL SOCIEDAD ENCANDILA CON UN FÚTBOL MUY VALIENTE

El equipo txuri-urdin ha sido uno de los grandes atractivos de esta primera vuelta, con futbolistas verticales y de calidad en su línea de ataque.

A. M.



La Real Sociedad ha sido uno de los nombres propios de esta primera vuelta, no sólo por los buenos resultados que ha cosechado sino

por el fútbol tan vistoso que ha desplegado. El equipo donostiarra ha dado con la fórmula perfecta que aúna talentos de su prolífica cantera con futbolistas nacionales

y extranjeros en un gran estado de forma. El reto para esta segunda vuelta debe ser buscar una mayor regularidad en casa, donde ha dejado escapar puntos importantes.

EL PROYECTO DE IMANOL ALGUACIL SEGUIRÁ HASTA EL 30 DE JUNIO DE 2021

Tras completar un año en el cargo de manera continuada, Imanol Alguacil se ha ganado su reciente renovación hasta el 30 de junio de 2021. De esta manera podrá seguir desarrollando un proyecto deportivo que inició ya en el filial txuri-urdin, a quien logró llevar a un play off de ascenso a Segunda División.

Distribuidor oficial:

FAMILIA
LUIS CAÑAS
BODEGAS Y VIÑEDOS

AMAREN

Nuestra especialidad, los buenos VINOS.



Teléfono 943176075
arral@arral97.com

arral97.com

EL BILBAO ATHLETIC, EN ZONA DE PLAY OFF, Y EL ARENAS, EN DESCENSO, ALCANZADO EL ECUADOR

Los filiales de Athletic y Real Sociedad han sido la cara positiva en la primera vuelta mientras que Arenas y Leioa son los vascos que más han sufrido.

David Novo

Un equipo en play off (Bilbao Athletic) y otro en zona de descenso directo (Arenas). Ese es el balance que nos deja, clasificatoriamente hablando, la primera parte del campeonato en el Grupo II de Segunda B.

En la zona alta, además de los cachorros, cabe destacar el gran papel del Sanse, entrenados esta temporada por Xabi Alonso, que



tras la disputa de los primeros 19 partidos se ha quedado a tan solo un punto de colarse entre los cuatro primeros.

Lo mismo ocurre con el Leioa, aunque en la parte opuesta de la tabla. La escuadra azulgrana consiguió escapar de los últimos cinco puestos justo antes de alcanzar el ecuador de la Liga pero ha pasado buena parte de ese primer tramo de competición en la zona más comprometida. Un año más tranquilo, por el momento, parecen estar llevando Amorebieta (8º), Real Unión (10º), Alavés B (11º) o Barakaldo (13º), los otros representantes de nuestro fútbol en un grupo marcado por la presencia de clubes liderados por capital extranjero como la Cultural Leonesa,

FIESTA DEL FÚTBOL MODESTO EN LA COPA

El Tolosa disputó por primera vez en su historia la Copa del Rey y recibió en Berazubi a todo un Valladolid después de superar la ronda previa como campeón regional vasco. Por su parte, Sestao y Portugalete vivieron dos preciosas eliminatorias ante equipos de Primera (Athletic y Betis) tras dejar en la cuneta a otros dos conjuntos profesionales como Lugo y Extremadura, respectivamente. También el Barakaldo se unió a la fiesta copera en Ezkerraldea ya que se enfrentó al Rayo Vallecano en la segunda eliminatoria.

el Burgos o el Salamanca.

Aunque el campeón de invierno acabó siendo la Unión Deportiva Logroñés con 41 puntos, tres más que la Leonesa, cinco más que el Bilbao Athletic u 8 por encima del Valladolid Promesas, los pupilos de Etxebe llegaron a liderar el grupo durante 8 jornadas.

 Sport·designer

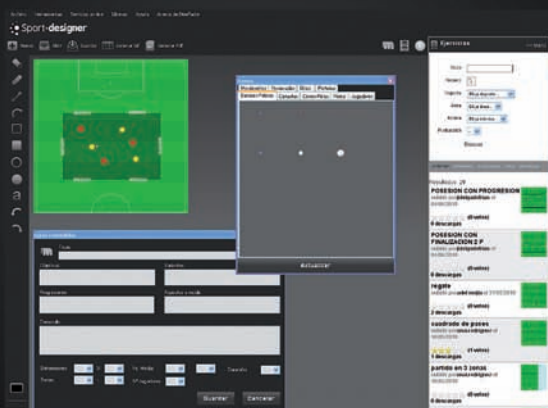
 GRUPO CAMPUS

precio / prezioa
9,90 €

Diseño de ejercicios de entrenamiento, simulaciones de situaciones de juego en movimiento, creación de jugadas de estrategia, creación de formatos de convocatorias, books de ejercicios y estrategia, acceso a contenidos y formatos on-line, etc...

Disponible en Euskera – Castellano.

Más información: www.sport-designer.com



EL PORTUGALETE REEDITA EL TÍTULO DE INVIERNO POR UN MARGEN AJUSTADO

Al igual que ocurrió el pasado curso, el Portugalete se proclamó campeón de invierno del grupo vasco, en este caso gracias al mejor golaveraje respecto al River.

D. N.

El Portugalete cerró la primera vuelta del campeonato liguero en lo más alto de la clasificación, empatado a 39 puntos con el Sestao River, con dos puntos más que el Vitoria, y seis por encima del Balmaseda, que serán los otros tres conjuntos vascos que disputarán la fase de ascenso de acabar ahora la Liga. El cuadro de La Florida reedita así su condición de campeón de invierno, título honorífico que también consiguió la temporada anterior. Entonces, el cuadro gualdinegro logró mantener esa primera plaza hasta la finaliza-



ción del torneo regular.

Por otra parte, llegados al ecuador liguero dos de las tres escuadras que lograron dar el salto de categoría el pasado verano desde Regional se salvan por el momento de la quema (Tolosa y Urduliz) mientras que la tercera, el Ariznabarra, ocupa la última plaza del grupo. Junto a los alaveses

perderían la categoría, al término de la primera vuelta, la Cultural de Durango, que el pasado curso militaba en Segunda B, y el Deusto.

No obstante, quedan por delante más de cuatro meses de campeonato para seguir trabajando y mantener o mejorar posiciones, según cada caso.

joan-etorriaren atsegina

VALLINA
BUS AUTO

IBILGAILUAK GIDARIAREKIN

943 39 38 48
Donostia-San Sebastián

autoak
autobusak
microbusak



Jugada del derbi disputado en Anoeta

ANOETA VUELVE A ACOGER EL DERBI VASCO DE 1ª

El campo donostiarra presenció de nuevo un encuentro de la máxima competición Nacional femenina, la Liga Iberdrola. Fue el derbi entre donostiarras y bilbaínas del pasado 13 de octubre de 2019. Después de acoger la campaña pasada el duelo vasco, con 21.234 aficionados, Anoeta incrementó su aforo hasta los 28.367 espectadores.

REAL Y ATHLETIC DEFIENDEN SU ESTATUS EN PRIMERA

Donostiarras y bilbaínas pelean por la zona noble del campeonato después de la primera vuelta y buscan mantener el nivel hasta el final de Liga.

Arconada llegaron al ecuador en plena forma con cinco encuentros sin perder y cuatro triunfos seguidos. Victorias en las que dejaron su potencia a cero.

Mientras la escuadra de Lezama acabó con un sabor más amar-

go después de sacar un punto en dos duelos en casa ante dos rivales potentes como Barcelona y Levante. Una pena para las de Ángel Villacampa tras enganchar antes cinco contiendas sin caer, consiguiendo tres triunfos.

Txemi García

El Athletic Club y la Real Sociedad mantienen su competitividad en una Liga Iberdrola que sube su nivel en cada temporada, pero que tuvo su nota negativa por la huelga en la jornada 9 del 17 de noviembre.

Txuriurdin y zurigorris acabaron la primera vuelta del campeonato de la mano en la clasificación. La Real quedó quinta con 25 puntos, uno más que sus vecinas y un partido menos por el aplazado contra el Deportivo de la Coruña. El equipo entrenador por Gonzalo

CRECIMIENTO CONTINUO EN LOS CLUBES DE 1ª

Tras la entrada del potente patrocinador en el campeonato, la energética Iberdrola, el fútbol femenino camina con paso firme para consolidarse en el escaparate. Más después de que la RFEF aceptara la propuesta de los clubes para firmar un acuerdo con la AFE (Asociación de Futbolistas).

PRIMERA VUELTA EN SEGUNDA Y LIGA VASCA

El Athletic B y el Eibar acabaron como los mejores equipos vascos del Grupo Norte de la Liga Reto Iberdrola. En la categoría de bronce la Real Sociedad B dominó con autoridad después de ceder sólo un empate en quince duelos. Las donostiarras marcaron 83 goles y recibieron 5.

IRENE PAREDES: “EN PARÍS HE CRECIDO COMO JUGADORA”

Irene Paredes (Legazpi, 1991) es una estrella mundial. La zaguera central guipuzcoana, además de ser la principal defensa del poderoso Paris Saint-Germain, es también la capitana del equipo. Conjuga personalidad y talento. Está completando su cuarta temporada en París. Vive a gusto, y seguirá jugando en PSG por lo menos otros dos años.



Haritz Gallastegi

¿Qué te llevó a aceptar la oferta del Paris Saint-Germain y a emprender una nueva aventura?

Vi la oportunidad de mejorar como futbolista. El PSG me ofreció la oportunidad de ganar la Liga de Campeones. Fue una forma de avanzar en mi carrera deportiva.

¿Has dado el paso que mencionas?

Sí. La liga española ha crecido mucho en los últimos tiempos, pero la liga francesa sigue siendo más fuerte. Por el momento, no he ganado más que una copa, pero jugando en este equipo estoy luchando por el triunfo en todas las competiciones. Ganar nunca es

fácil.

¿Tuviste dificultades para adaptarte a la nueva ciudad y al equipo?

Menos de lo que creía. Fue un cambio muy grande. No dominaba el idioma y el fútbol también es diferente. Al principio me costó un poco, pero jugar me ayudaba mucho.

Eres la capitana del equipo. ¿Cómo ha llegado una jugadora vasca a ser un referente en uno de los mejores equipos existentes?

Es mi cuarta temporada en el equipo. Es importante dominar las lenguas. Sé francés e inglés. Por lo tanto, además de poder comunicarme con todas las componentes del equipo, estoy entre las jugadoras con más experiencia. Por eso soy capitana.

En el PSG estáis jugando jugadoras de diferentes países. ¿Cómo se gestiona la relación entre jugadores

de diferente naturaleza?

No es fácil. La mitad del grupo es francés, pero la otra mitad somos de lugares muy diferentes. Cada una tiene su propia naturaleza y tenemos diferentes maneras de entender el fútbol. A comienzos de temporada cuesta juntar las piezas correctamente, pero, una vez conseguido, es enriquecedor.

¿Qué es lo que más y lo que menos te gusta de París?

Lo que más me gusta es la profesionalidad que hay en el club. El fútbol es la prioridad. Lo peor es estar lejos de la familia.

¿Cómo estás viviendo el crecimiento del fútbol femenino?

Feliz y con mucha emoción. Queremos ser profesionales. Nuestra intención es mejorar el nivel de fútbol y vivir de ello. Todavía nos queda mucho camino por recorrer. Tanto el club como la entidad deben apostar por ello. Hace falta tiempo pero hay que cambiar las cosas.

Hay movimientos.

Sí, y ya es hora. Para conseguir algo, hay que luchar.

Eres joven y estás en plena forma. Acabas de prorrogar el contrato con PSG por dos años. Aún queda lejos el día de colgar las botas. ¿Te gustaría jugar de nuevo en casa antes de la despedida?

No sé. Estoy muy bien en París. Lo veré cuando llegue el momento de tomar decisiones. Hoy en día no pienso en eso.

Antes de terminar, ¿qué les dirías a los futbolistas vascos que tengan la oportunidad de vivir una nueva experiencia en el extranjero?

Que si tienen ganas, sigan adelante. Es una decisión personal. Cada uno tiene que hacer lo que sea mejor para él.

The iconic Coca-Cola logo in white script on a red background.

NOTABLE PARA LA EUSKAL SELEKZIOA AFICIONADA EN LA COPA REGIONES UEFA

La tricolor superó la 1ª ronda de la fase estatal de la Copa Regiones UEFA que se disputó en Madrid. Empató con Canarias y ganó a los anfitriones.

DAVID NOVO

La selección vasca aficionada, que entrena Oskar Tabuenka, superó la primera ronda de la fase estatal de la Copa Regiones UEFA que tuvo lugar del 6 al 8 de diciembre en Torrelodones, Madrid. El combinado tricolor, que estaba encuadrado en el Grupo C, empató sin goles ante Canarias y superó 0-2 al cuadro anfitrión con goles de Jonfi, en la primera mitad, y de Unzueta, en el descuento. La Euskal

Seleksioa aficionada se enfrentará ahora, en la fase intermedia, a Galicia el 12 de febrero en la Ciudad del Fútbol de Las Rozas, en Madrid, con la vista puesta en la final a cuatro que tendrá lugar del 10 al 12 de abril y que cuenta ya con las selecciones de Extremadura y Andalucía como candidatas al título estatal. La plaza restante en esa 'final four' la dirimirán a partido único Islas Baleares y La Rioja. Euskadi acudió a la primera fase de este torneo oficial de UEFA que ya ganó en dos ocasiones en su formato estatal, además de proclamarse campeón europeo en 2005, con los siguientes jugadores: Mikeldi Jimeno, Iker Calvo 'Maka' y Bruno Jiménez (Balmaseda), Aritz Eguren (Beasain), Iker Unzueta (C. Durango), Jon Fernández 'Jonfi', Iñigo Celihueta y Yaser Hamed (Portugalete), Kepa



Formación de Euskadi aficionada, en Madrid

del Olmo (Santurtzi), Andoni Benito, Cristian Sanz y Ander Fernández Pacheco (Gernika), Iñigo Erregerena (Santutxu) y Jon Manuel, Jaime Zumalakarregi, Aritz Huete, Aitor Villar e Ibon Barandiaran (Sestao).

TABUENKA: "A ESPERAR A FEBRERO, CON GANAS PARA SEGUIR AVANZANDO"

El seleccionador se muestra "muy satisfecho por la clasificación, pero sobre todo por la actitud de los jugadores". Y es que tenía muy claro que contaba con buenos futbolistas para encarar el doble duelo en 24 horas contra Canarias y Madrid, pero en su opinión en un torneo corto de estas características "lo más importante era hacer un buen equipo y creo

que lo hemos logrado. Así lo han demostrado tanto dentro como fuera del campo", valoraba el entrenador tras sellar su pase a la fase intermedia, donde el combinado vasco se medirá a Galicia en una eliminatoria a partido único en campo neutral el próximo mes. "Ahora, a esperar a febrero con muchas ganas para seguir avanzando", añade Oskar Tabuenka.







Julian Gaiarre 48 bajo
48004 Bilbao
Tlf.: 94 473 19 00
Fax: 94 473 22 21

La información en un
click
www | twitter | instagram

Web | www.eff-fvf.org
Twitter | [@EFF_FVF](https://twitter.com/EFF_FVF)
Instagram | [EFF_FVF](https://www.instagram.com/EFF_FVF)

Receta Médica Histórica del Balneario de Alzola

Estas aguas son sin rival para los cólicos nefríticos.

ELIMINA Y EXPULSA LOS CALCULOS

- Disuelve el ácido úrico.
- Depura la sangre.
- Combate el artrismo.

Deben además usarse en las manifestaciones nefríticas: cólicos nefríticos, cálculos y arenillas en la vejiga y riñones.

Imprescindible en los tratamientos de Reuma y Gota.

Estas aguas que brotan a una temperatura de 30 grados centígrados y son marcadamente litínicas y eminentemente radioactivas, de reputación universal y sin competencia en España por su poderosa acción digestiva, sedante, diurética y eliminadora, se hallan altamente indicadas en todas las afecciones que queden señaladas.

ALZOLA
PREMIADAS CON VARIAS MEDALLAS Y EN LA EXPOSICION DE BUENOS AIRES EN 1911 CON DIPLOMA DE HONOR

ANÁLISIS QUÍMICO		Grs. por litro
Oxígeno		0.00210
Nitrogeno		0.01536
Hidrogeno		0.00308
Anhidrido carbonico		0.01805
Cloruro de sodio		0.09800
de potasio		0.00115
de litio		0.00252
Sulfato calcico		0.02930
Bicarbonato calcico		0.18815
magnésico		0.03491
estruvónico		Indicios
alcalino		Indicios
ferroso		0.00158
Fosfato calcico		0.00150
Silicato aluminico		0.00340
Silice libre		0.00920
Nitrato de calcio o sodico		Indicios
Materia organica		Indicios

ALZOLA Guipuzcoa ESPAÑA
DECLARADAS DE UTILIDAD PUBLICA EL AÑO 1843

MODO DE USARLAS

Póngase la botella al baño de Maria hasta que su contenido adquiera una temperatura de 30 grados centígrados.

Dosis: En ayunas, y con intervalos de 20 minutos, se tomarán 3 vasos de a 200 gramos de cabida cada uno. Veinte minutos después del último vaso puede desayunarse según costumbre. Una hora antes de la comida se volverá a tomar otra porción de 200 gramos, y una hora antes de la cena el resto del contenido de la botella.

Si en principio estas dosis resultasen demasiado fuertes, consúltese al facultativo de cabecera para que indique al enfermo las dosis mínimas con que debe empezar el tratamiento.

El agua de Alzola se expende en cajas de a 25 botellas de un litro de capacidad, debiéndose tomar seguida y diariamente la mitad del contenido de la caja, y previo descanso de ocho o diez días, continuar en la misma forma con el resto de la misma.

Para toda clase de detalles e informes, dirijanse a la Administración del Balneario de Alzola, Guipúzcoa.

Temporada oficial balnearia: 15 Junio al 15 Octubre. - Línea férrea de San Sebastián a Bilbao, con estación propia.

www.alzola.com



Mea claro y riete del boticario*

*Proverbio Inglés utilizado por los médicos de Alzola en 1.801



EUSKADI SUB'17 Y SUB'15 FEMENINO REALIZAN UN BUEN PAPEL EN LA 1ª FASE

NIVEL NOTABLE

El fútbol vasco goza de una cantera rica y de calidad.

Las selecciones femeninas demostraron en Lezama que están capacitadas para dar la cara ante rival. Hicieron buenos encuentros y ahora esperan a la segunda fase.

Txemi García

El Euskadi sub'17 y sub'15 empezaron su andadura en el campeonato estatal autonómico con la ambición y de

pelear por lo máximo. Así lo hicieron aunque los resultados no fueron todo lo buenos que buscaron. Ambos formaron bloques potentes, de calidad y donde el buen ambiente facilitó el trabajo. Además tuvieron el aliciente de disputar los encuentros en casa entre el 20 y el 21 de diciembre de 2019. Fue en las instalaciones de Lezama del Athletic Club. La sub'17 y las sub'15 estuvieron encuadradas en el Grupo B junto con: Aragón, Galicia y Catalunya. El calendario dispuso que aragonesas y catalanas fueran sus oponentes.

Las mayores hicieron pleno. Golearon a Aragón (8-1) y ganaron a Catalunya (0-3). Las pequeñas empezaron bien ante Aragón (3-1) y cayeron ante Catalunya (3-1). La seleccionadora de la sub'17 Nekane Quiñones destacó: "El trabajo ha sido espectacular. Ahora estamos con ganas de seguir trabajando". Su homónima de la sub'15 Amets Aguayo comentó: "Ha sido una fase competida. Contra Catalunya nos ha faltado un poco de físico. Habrá que pelear para entrar en la fase final buscando los seis puntos en la segunda fase".



Sub'15



Sub'17

BUENAS SENSACIONES DE LOS CADETES E INFANTILES EN EL CAMPEONATO ESTATAL

SEGUNDA FASE

Los partidos se disputarán entre los días 6 y 8 de marzo.

Los equipos de Euskadi Sub-16 y Sub-14 jugaron en Logroño entre el 27 y el 29 de diciembre sus choques de la primera fase del Estatal ante La Rioja y Galicia.

Raúl A. Collantes

Pleno de puntos para el combinado de Euskadi Sub-16, que ganó sus dos compromisos frente a Galicia y La Rioja, los equipos a los que se enfrentaron los dos combinados de la tricolor, encuadrados todos ellos en el Grupo D. El equipo de Egoitz Mendizabal se impuso 3-1 a los gallegos en un primer choque muy entretenido y disputado. Se adelantaron los vascos, empató el rival con una espectacular jugada pero los vascos volvieron a ponerse por delante y sentenciaron de cabeza. En su segunda cita los cadetes superaron con un claro 0-3 al equipo anfitrión. Buen juego y buen control de los Sub-16 para acabar la primera fase con 6 puntos.

El equipo Sub-14, por su parte, perdió 0-3 su primer duelo frente a Galicia, que marcó muy pronto sus dos primeros goles para irse al descanso con ventaja y cerrar el marcador en el segundo periodo. Los pupilos de Jordi Telletxea tuvieron más fortuna en el segundo partido frente a La Rioja. Un gol de Imanol a la media hora terminaría decantando la balanza a favor de los vascos en un duelo que se jugó en medio de una densa niebla. Los infantiles pelearon duro hasta el final y ganaron.



Sub-14



Sub-16

LOS INFANTILES RELEVAN A LOS SUB-18 EN EL ESTATAL

Esta temporada las selecciones juveniles no han participado en el Campeonato de Selecciones Autonómicas tras la modificación realizada por la Federación Española. Toman protagonismo, por tanto, los futbolistas Sub-14 que son quienes entran en acción junto a los cadetes en un torneo muy interesante en el que los futbolistas compiten contra los mejores de cada comunidad autónoma. La experiencia que adquieren los jugadores es muy valiosa.

LOS EQUIPOS FILIALES DAN LA CARA EN VASCA JUVENIL

Athletic Club y Antiguoko son los equipos destacados en Liga Vasca Cadete, categoría en la que un año más destacan los clubes con representación en Primera.

Raúl A. Collantes

Las escuadras filiales de varios juveniles han sido protagonistas en gran parte de la primera vuelta de Liga Vasca Juvenil. Durante muchas semanas las primeras posiciones de la clasificación han estado copadas por escuadras como el Santutxu B, Alavés B, Eibar B, Leioa B o incluso Danok Bat C. Según avanzaba la competición y debido a algunos resultados alguno de estos equipos se ha descolgado un poco pero siguen con opciones de pelear por las posiciones privilegiadas. No olvidemos que casi todos ellos pueden ascender a Nacional puesto que los primeros equipos juveniles de sus clubes están en Honor. Por abajo hay varios conjuntos con opciones de mantener la categoría.

En Liga Vasca Cadete el Athletic Club ha mantenido un intenso mano a mano con el Antiguoko durante la primera vuelta de la Liga. Estos dos equipos han eclipsado un poco el magnífico trabajo del Eibar, escuadra que se ha instalado durante muchas semanas en la tercera posición por delante de dos de los grandes clubes vascos, la Real Sociedad y el Alavés. El Danok Bat intenta meterse en el grupo de los cinco primeros de la tabla. Al igual que en Liga Vasca Juvenil, los cadetes afrontan este año 34 jornadas.



Imagen de un Athletic-Eibar cadete

ATHLETIC CLUB DOMINA EN HONOR Y LIGA NACIONAL

El Athletic Club ha sido el gran dominador de la primera vuelta en Honor Juvenil y Liga Nacional Juvenil. El equipo Sub-18 rojiblanco y su filial concluyeron la primera vuelta, en ambos casos, con el título honorífico de campeones de invierno. En la máxima categoría juvenil los bilbaínos terminaron por delante de un Eibar que ha sido uno de los equipos más en forma peleando por una cabeza de clasificación en la que se sitúan también el resto de clubes vascos con representación en Primera División. Los juveniles de Real Sociedad y Alavés pugnan con los de Osasuna.

En Liga Nacional Juvenil el filial de Lezama mantiene un pulso firme con la Real Sociedad. Más atrás, el Santutxu ha sido el conjunto mejor colocado en la pelea por el ascenso de categoría a Honor.

CLUB DE FÚTBOL HAMABI: DIFUNDAMOS EL EUSKERA POR EL MUNDO Y ACERQUEMOS EL MUNDO AL EUSKERA

El objetivo del club de fútbol Hamabi es integrar a personas de diferentes orígenes a través del euskera y del deporte. Con esta iniciativa, se pretende que el euskera se extienda más allá del ámbito académico, para que tanto los jóvenes como los mayores utilicen nuestra lengua de una manera más natural.

Unai Zabaleta

Este nuevo proyecto ha cumplido un año desde su fundación, y se encuentra en este momento a mitad de su primera temporada. Hamabi es un club formado por

tres equipos, dos equipos senior (femenino y masculino) y un grupo de jóvenes, que entrenan y juegan en el campo de la ikastola Lauro.

El objetivo principal de esta iniciativa es unificar el euskera y la integración, con el objetivo de extender el uso del euskera desde este club a todos los campos. Jugadores, técnicos, directores... todos ellos se esfuerzan por hablar en euskera, aunque para muchos sea una nueva lengua. En el equipo hay varios jugadores sudamericanos, que han acudido con ganas de aprender y vivir en euskera.

En un principio, para estos jugadores era imposible comunicarse en euskera, pero, con el paso del tiempo y gracias al esfuerzo realizado, han ido aprendiendo la lengua vasca.

Se está consiguiendo el objetivo de difundir el euskera en los partidos. También hay jueces, rivales y aficionados que hablan y responden en eus-

quera. Ese es otro de los proyectos que tiene este club. Todas las comunicaciones que tienen con agentes externos, también se realizan en euskera, con el objetivo de extender su uso a todos los grupos.

Los inicios nunca son fáciles, y los miembros de la junta directiva han tenido que aportar desde el principio dinero para llevar adelante este proyecto. El alquiler del campo, material, ropa... el club Hamabi ha sido creado desde cero.

Los jugadores no tienen que pagar nada para jugar en este equipo.

El desconocimiento del euskera no es un problema para la participación. Es más, no se deja a nadie de lado debido a su lengua. Por ejemplo, las reuniones del club se realizan en euskera con traducción simultánea. De este modo, las personas que no saben euskera pueden formar parte del club y ayudar a este nuevo proyecto y al euskera.

Sin duda la actitud de este club es ejemplar. Mucha gente que no sabe euskera se ha comprometido a aprenderlo y usarlo, y muestra mucho respeto a este importante apartado de nuestra cultura. Difundamos el euskera por el mundo y acerquemos el mundo al euskera.



www.surne.es

¿Cuánta seguridad necesitas?

No podemos asegurar que tu equipo gane este fin de semana...

En cambio podemos ofrecerte la tranquilidad de estar siempre protegido. Con Surne tienes el seguro que se adapta a ti y a tus necesidades para todo lo que quieres proteger.

- Vida
- Baja diaria
- Accidentes
- Jubilación
- EPSV
- Ahorro
- Dependencia
- Autónomos
- Inversión

cmb
bizkaiko medikuen elkargoa
colegio de médicos de bizkaia
SEGUROS
ASURU-ARTEKARITZA S.M.
CORREDORÍA DE SEGUROS S.L.

surne
seguros & pensiones

BILBAO
Cardenal Gardoki, 1
48008 Bilbao
944 792 200

SAN SEBASTIÁN.
Easo, 7 - 1ºD
20006 San Sebastián
943 430 798

SEGUNDA DIVISIÓN B: EL ZIERBENA RECUPERA SU NIVEL; BUEN INICIO DE OTXARTABE E IBARRA

El conjunto galipo ha vuelto a pelear por los primeros puestos esta temporada, mientras que Otxartabe e Ibarra están realizando una gran temporada.

C. Zárate



Imagen de un Zierbena-Otxartabe

Entre los equipos vascos de Segunda B destaca el resurgimiento del Zierbena de la mano de Aitor Larrea, la buena temporada del Otxartabe y Lauburu Ibarra, mientras que el Laskorain se encuentra en la zona media de la clasificación y el

Kukuiaga está inmerso en la pelea por evitar el descenso.

En este sentido, el Zierbena arrancó con fuerza la temporada y hasta la décima jornada no conocieron la derrota. La mano del técnico Aitor Larrea ha sido fundamental para devolver al conjunto

galipo a la lucha por los primeros puestos. En la primera vuelta han logrado nueve victorias, cinco empates y una sola derrota.

Otro de los equipos destacados es el Otxartabe. El conjunto bilbaíno está realizando una gran temporada y ha sumado diez victorias en esta primera parte del campeonato, dos empates y tres derrotas, lo que le lleva a pelear por el título de Liga.

Igualmente, el Lauburu Ibarra tras un buen inicio de temporada en el que sumó seis victorias, dos empates y dos derrotas en las diez primeras jornadas, el conjunto de Ibarra encadenó seis jornadas consecutivas sin vencer, hasta su resurgimiento al inicio de esta segunda vuelta.

Por último, el Laskorain se encuentra en la zona media tras haber cosechado cinco victorias, cinco empates y cinco derrotas en la primera vuelta. Por su parte, el Kukuiaga está siendo un equipo de extremos ya que en la primera parte del campeonato no ha empatado: cuatro victorias y once derrotas. Los de Etxebarri pelearán hasta el final por mantenerse.

PRIMERA FEMENINA

El Bilbo está sufriendo la dureza de la Primera División esta temporada. Tras lograr el ascenso la pasada campaña, el conjunto bilbaíno únicamente ha podido lograr un triunfo y tres empates en la primera vuelta.

HONOR JUVENIL

Otxartabe y Zierbena están realizando una gran temporada y lideran la tabla. También Jarrilleros, Elorrieta y Gora, a buen nivel.

GRAN ARRANQUE DE GORA Y SASIKOA EN TERCERA, Y DE JARRILLEROS EN LIGA VASCA

En Tercera División el Gora Bilbao está firmando una temporada para enmarcar. Líder de la clasificación tras lograr once victorias y dos derrotas en la primera vuelta, camina con paso firme hacia el título. También destacada está siendo la campaña de un Sasikoa de Durango que ha mejorado notablemente sus prestaciones esta campaña. Así, ha logrado diez victorias, dos empates y una derrota.

Por otro lado, en Liga Vasca uno de los equipos más destacados es siendo un recién ascendido como el Jarrilleros. El conjunto de Mikel Larrea no ha acusado el salto de categoría y está peleando por los primeros puestos de la clasificación. Igual de notable es la temporada también de otro recién ascendido como el Usansolo, así como del Mahastiak y el Tolosala.

BUENA IMAGEN DE EUSKADI EN EL ESTATAL DE FÚTBOL SALA

Los combinados juvenil y cadete compitieron bien en Extremadura, en el que perdieron con Galicia y Extremadura, y ganaron a Melilla.

C. Zárate

A pesar de que los resultados no acompañaron, las selecciones vascas de categoría cadete y juvenil ofrecieron una buena imagen en el campeonato estatal celebrado en Extremadura.

Las selecciones de Euskadi sub-16 y sub-19 no lograron clasificarse para la fase final tras perder con Galicia y Extremadura, pero lograron vencer a Melilla. En la primera jornada cayeron derrotas ante Galicia. La selección cadete perdió 15-0, mientras que la selección juvenil lo hizo por 4-0.

La segunda jornada Euskadi sub-16 plantó cara a la extremeña. Tras irse perdiendo al descanso por un ajustado 1-0, en la segunda mitad se les fue el partido al encajar dos tantos más, el último de ellos casi al término del encuentro. La sub-19, a pesar de que Extremadura se adelantó hasta en dos ocasiones, logró igualar los goles para irse al descanso 2-2. No obstante, en la segunda mitad, encajó tres tantos 5-2. Al final Euskadi recortó distancias con el 5-3 pero Extremadura hizo el 6-3.

En la última jornada, las selecciones vascas terminaron con buen sabor de boca. La sub-16 se impuso a Melilla por 3-1, mientras que la sub-19 también venció al conjunto melillense por 3-9.



Sub'19



Sub'16

EUSKADI INFANTIL JUEGA DEL 19 AL 22 DE MARZO

Las selecciones de Euskadi femenina y masculina de categoría infantil serán las próximas en participar en los campeonatos estatales. Será, en concreto, del 19 al 22 de marzo en tierras andaluzas. Los combinados vascos, que no ha participado en las categorías sub'19 y sub'16 de chicas, han quedado emparejados en el mismo grupo que Galicia y Ceúta en la primera fase del prestigioso torneo. Ambos combinados viajarán juntos.

ALIMENTACION SALUDABLE EN NAVIDADES, ¿ES COMPATIBLE?

Se aproximan las fechas más deseadas para compartir con familia y amigos, pero a la vez las más temidas si quieres cuidar la línea en todo momento. Y es que tenemos la idea de que las Navidades son los días en los que nos podemos dar permiso para comer y beber todo y cuánto queramos, ya que por cultura lo hemos establecido así.

Ainhoa Prieto

Pero, ¿existe tal norma? Tal vez hay otra manera de disfrutar de esas comidas familiares mientras seguimos manteniendo nuestro plan nutricional habitual.

Pues sí, la hay. Y por eso en este artículo de hoy te voy a dejar 5 tips o consejos para que estas Navidades las pases de una manera mucho más saludable, consciente y sin renunciar a la degustación de los platos festivos.

• Son solo 4 comidas:

Si lo piensas bien, aunque el periodo vacacional de las Navidades duren unos cuantos días, especialmente para los txikis, en sí los días “gordos” son cuatro: nochebuena, navidad, nochevieja y año nuevo.

Pero además, no se trata de que te saltes tu rutina desde que te despiertas ese día, simplemente es una de las comidas la que va a ser más copiosa.

Por lo tanto, sigue tu rutina habitual durante el día, incluso pudiendo cuidarla un poco más de la cuenta, para compensar el exceso de esa comida o cena que toque ese día.

• Come sano durante el día



En relación al punto anterior, como has visto, no hace falta que te saltes por completo tu rutina nutricional en los días importantes. De hecho, es justo lo contrario, lo mejor es que continúes con tus comidas habituales para que no te mueras de hambre hasta esa comida o cena que toque.

Dentro de tus comidas habituales, escoge las más saludables, con preparaciones suaves y ligeras, no solo como compensación de los excesos, si no también para cuidar tu intestino, y así ayudarle a procesar los alimentos de forma mucho más fácil y cómoda.

• Muévete:

Otra forma de compensar excesos y seguir con tus hábitos saludables es hacer ejercicio. Si haces deporte habitualmente, sigue con esa rutina. Incluso, puedes probar otro deporte para hacer algo diferente y divertido.

Si no sueles hacer ejercicio de forma consistente, estos días son perfectos para que vayas a darte algún paseo, hagas senderismo o pruebes algún deporte de invierno con la familia. Ya ves que no hay excusas para levantarte del sofá y aprovechar las Navidades para empezar tu nuevo “hobbie” deportivo.

• Observa lo que pones en el plato:

Uno de los errores es el descontrol de lo que vamos ingiriendo, ya que no lo hacemos de forma consciente.

Picoteamos de aquí y de allá sin llevar verdaderamente un control del total que nos hemos comido.

do.

Por eso, es mejor que elijas los alimentos que vas a comer, poner las cantidades que elijas en el plato y lo visualices para que en pocos segundos ya sepas mucho mejor qué es realmente lo que vas a comer. Así, vas a comer de manera mucho más consciente, saboreando cada bocado, masticando más y en definitiva disfrutando al máximo de la comida.

• No te sientas culpable

Aún sabiendo estos consejos, al final terminas pasándote más de la cuenta, no pasa nada. Tienes 365 días por delante para establecer nuevos hábitos saludables, por lo que si lo haces bien, estos días navideños no van a tener tanta repercusión como crees en tu salud y en tu físico. Así que no te culpes, disfruta a tu manera de estos días, y planea ya tu 2020 para estar más activo, sano y feliz.

Como ves, las Navidades pueden ser la gran oportunidad para plantearte qué estás haciendo bien o mal, y cómo quieres hacerlo a partir de ahora para sentirme mejor contigo mismo. Así que aprovecha estos días para hacer esta reflexión y lo dicho, disfruta.

Feliz año nuevo

**Dietista-Nutricionista Deportivo
Federación Vasca de Fútbol**

WATS TEAM: EL EQUIPO MÁS GRANDE DEL MUNDO CONTRA LA VIOLENCIA EN EL DEPORTE ES UNA STARTUP Y ESTÁ EN BILBAO

Vicente del Bosque, Julen Guerrero o Xabi Prieto, auténticos referentes deportivos, son algunos de los nombres que se nos vienen a la cabeza cuando pensamos en personas que encarnen los verdaderos valores del deporte.



WATS TEAM

Todos ellos cuentan con dilatadas carreras deportivas en el mundo del fútbol, pero estas no se han desarrollado nunca en el mismo equipo. O al menos ha sido así hasta ahora.

Pero desde hace un par de años, los tres son titulares en el mismo equipo junto a Patricia Ramírez, la psicóloga deportiva con más renombre del Estado, y Jero García, exboxeador y “Hermano Mayor” en la televisión. En este equipo no hay delanteros, ni defensas, ni siquiera entrenador, porque la misión va mucho más allá de marcar goles. Son las caras visibles del equipo más grande del mundo contra la violencia en el deporte, una startup surgida en Bilbao en 2016 con el nombre de WATS Team.

Junto a estos/as cinco embajadores/as permanentes, hay otras caras conocidas que se han implicado en esta labor en los cuatro años de andadura del Equipo WATS. Desde el entrenador José Luis Mendilibar, pasando por Ana Rossell (Presidenta del Club Deportivo Tacón de Primera División), hasta deportistas olímpicas como Eli Pinedo (Balonmano),

Rocío Ybarra (Hockey) o Rosana Simón (Taekwondo).

Aunque este equipo no cuenta con un entrenador/a como tal, el despacho del Director Deportivo lo ocupan Alex Navarro, Antonio Pipaón y Lander Iraragorri. Ellos son los tres co-fundadores, que junto a un equipo de psicólogos, educadores, mediadores y expertos en áreas como el marketing, la comunicación o la organización empresarial, elevan la plantilla del equipo por encima de las 25 personas.

El reto al que se enfrentan no es pequeño: agresiones a una árbitra, insultos entre padres y madres en una grada, un partido de cadetes que acaba en pelea... ¿Te suena de algo? Desafortunadamente estamos demasiado habituados a escuchar estas noticias cada lunes. Así que, ¿cómo conseguir acabar con la violencia en el deporte, una de las mayores lacras de nuestra sociedad? El Equipo WATS lo tiene claro y el plan de juego tiene tres estrategias. La concienciación, con una gira de eventos #SportWithValues WATS Summit en varias ciudades del Estado, la formación, con más de 800 entrenadores/as y 600 familias que han pasado por su formación en deporte con valores y prevención de la

violencia, y la intervención, con el Teléfono contra la Violencia en el Deporte. Este servicio funciona a través de Whatsapp en el 688 655 099, y atiende todos los tipos de acoso y violencia que se puedan dar en el ámbito deportivo, desde el bullying, pasando por el machismo o el racismo, hasta la LGTBI-fobia. Cuenta con un equipo de expertos/as detrás que se ponen en marcha en 24 horas tras recibir el aviso para ayudar.

La formación para entrenadores/as y familias es una de las claves para avanzar hacia un deporte mejor y poco a poco diferentes instituciones, ayuntamientos y clubes deportivos se están sumando a ella. Su sistema de formación es pionero a nivel estatal y está certificado académicamente por Mondragon Unibertsitatea. Desde el pasado mes de octubre, a través de un acuerdo con la BBK, más de 200 entrenadores/as de fútbol y baloncesto de Bizkaia ya lo están cursando a través de una innovadora plataforma online de e-learning donde cada uno/a puede formarse a su propio ritmo y desde casa.

Y tú ¿te sumas al equipo más grande del mundo contra la violencia en el deporte? ¡No lo dudes y súmate al Equipo WATS!
- www.wats.team

LA FEDERACIÓN VASCA DE FÚTBOL DONA MATERIAL A LA ASOCIACIÓN 'DEPORTE Y DESARROLLO'

ACUERDO CON AGUA ALZOLA

La empresa vasca será proveedora oficial de la Federación Vasca de Fútbol durante la presente temporada.

Los Comités vascos de Árbitros de fútbol y fútbol sala hicieron entrega, recientemente, de ropa y zapatillas a la Asociación 'Deporte y Desarrollo'. De esta manera el colectivo arbitral contribuye al desarrollo del fútbol en los países del sur de América, gracias a los distintos proyectos que la asociación dispone.

Para conocer con mucha mayor profundidad la actividad que realiza esta ONG puedes acceder a su web www.deporteydesarrollo.org.



Un momento de la entrega de material

NUEVOS NOMBRAMIENTOS

La Federación Vasca de Fútbol ha incorporado a tres nuevos miembros a su Junta Directiva: Carlos Leon Lasarte, Rosa Perez Perez y Victor Larrinaga Beascochea.

También se ha nombrado a Mikel Etxarri como nuevo Presidente del Comité Vasco de Entrenadores y a Ibon Cabo como Presidente del Comité Vasco de Fútbol Sala.

DOS MUJERES ARBITRAN EN 3ª

Las asistentes Iragartze Fernández y Arantza Gallastegui acompañaron a Iñigo Zugazagoitia en el Urduliz-Pasaia, siendo la primera vez que dos colegiadas forman parte del equipo arbitral en la Tercera División vasca. También por primera vez, la primera fase del Campeonato estatal de selecciones sub-15 y sub-17 femeninas fue dirigida en su totalidad por mujeres.

CENTENARIOS DEL ACERO Y PADURA

El Acero de Olabeaga (Bilbao) y el Padura de Arrigorriaga son los dos clubes que este año conmemoran su centenario. Las dos entidades presentarán en los próximos meses los actos para festejar sus 100 años de historia. El Acero compite en la actualidad en la Segunda Regional vizcaína y el Padura en la División de Honor de la misma Federación Territorial.



ASTORE



DONOSTIÁN

31 DE AGOSTO, 16
Tf.: 943 429 390

NARRICA, 16
Tf.: 943 422 681

SAN JERONIMO, 17
Tf.: 943 420 919

AYESTARÁN



**JOYERÍA AYESTARÁN
CON EL DEPORTE
EUSKALDUN**

Ibéricos deluxe

Delicatessen

**ESPECIALISTAS
EN CORTE DE JAMÓN EN EVENTOS
(BODAS, COMUNIONES...)**



Tienda situada en
San Sebastián (Donostia)
Calle Narrika nº 31 Parte Vieja
Telf.: 943 423 849

www.ibericosdeluxe.com

MISIÓN NOS GUSTA EL FÚTBOL

MOCHILA
DE REGALO*

TARJETA
VISA
NAUTALIA
GRATIS*

PRECIOS
Y DTOS.
ESPECIALES*
PARA JUGADORES
Y FAMILIARES

MEJOR
PRECIO*
GARANTIZADO

FINANCIACIÓN
HASTA
EN **10** MESES**

**VUELTAS** DAN
MUCHA **VIDA**



NAUTALIA
Bidaiak

*Consulta condiciones de estas promociones en nuestras oficinas. **Consulta condiciones de financiación sujeta a estudio y aprobación por parte de Santander Consumer Finance S.A.

Pásate por nuestras oficinas y pregúntanos.

BIZKAIA | Bilbao | Gran Vía, 75. T. 946 424 348 | Pza. San Fco. Javier, 1. T. 946 404 028 | Luis Power, 28 (Deusto). T. 946 438 003 | Pza. Santiago, 3 (Casco Viejo). T. 946 414 010 | Las Arenas | Mayor, 4. T. 946 424 682 | Basauri | Pedro Bilbao, 2. T. 946 414 508 | Galdakao | Juan Bautista Uriarte, 31. T. 946 416 405 | **ARABA** | Vitoria | CC Boulevard. T. 945 103 097 | **GIPUZKOA** | San Sebastián | Urbietta, 47. T. 943 104 924 | Irun | Pz. J.R. Agirretxe, 3. T. 943 104 342 | Eibar | Bidebarrieta, 18. T. 943 108 960 | Rentería | Av. Navarra, 63. T. 943 104 344 | Urretxu | Labeaga, 41. T. 943 109 878 | **NAFARROA** | Pamplona | Serafín Olave, 15. T. 948 104 638