

# BALOREAK ZUZENAK

zu  
ze  
nak

Fundazioa  
Fundación

JULIO 2024 - Nº10

EN PORTADA  
PARALIMPIADAS 2024

ENTREVISTA  
IKER BEITIA

CRECIENDO CON  
ZUZENAK  
MARTÍN PÉREZ



araba  
álava

VITORIA  
GASTEIZ  
green capital

Vital  
FUNDACION · FUNDAZIOA

euskotren

indesa

MICHELIN  
Fundación

# PATROCINADORES

araba  
álava

VITORIA  
GASTEIZ  
green capital

Vital  
FUNDACIÓN · FUNDAZIOA

euskotren

indesa<sup>2010</sup>

MICHELIN  
Fundación

DANOBATGROUP

lacturale  
esnea *leche*

EL CORREO  
INFORMACIÓN CON VALOR

ORTOPEDIA  
GASTEIZ  
GABINETE TÉCNICO ORTOPÉDICO

Orona  
Fundazioa

KREAN

Fundación  
ONCE

Irizar

CEPIAL

Loramendi

TE LO REPARO  
HERRAMIENTAS Y ACCESORIOS

radio  
vitoria

ARNEGUI  
ANALIVIA

ELECTRO  
ALAVESA  
Sistemas de Seguridad

INSALUS

libery

udapa

PFERD

MQT<sup>®</sup>  
electrodomésticos

McDonald's  
Vitoria - Gasteiz

## Ander Eguidazu, Director Gerente de Indesa

Los valores de Zuzenak son sobradamente conocidos. Inclusión, bienestar, autoestima, respeto, sensibilidad, capacidad, colaboración, esfuerzo, superación. Más de 40 años de trayectoria os avalan como referente en la búsqueda de la inclusión real de las personas con discapacidad a través de la práctica del deporte y el ejercicio físico.

Son valores que compartimos en Indesa, el centro especial de empleo también referente en nuestro territorio. Somos una organización sin ánimo de lucro de larga trayectoria al igual que Zuzenak, creada por la Diputación Foral de Álava e impulsada por las administraciones públicas, y cuyo equipo de 900 personas está compuesto al 90% por personal con algún tipo de discapacidad.

Sentimos el orgullo y la responsabilidad de proporcionar un empleo estable y de calidad a

personas con discapacidad de Álava, con el fin de conseguir su plena inclusión laboral y social. Nuestro principal valor son las personas, nuestra vocación social es indudable y nuestra meta, que las personas con discapacidad desempeñen un empleo remunerado y sean valoradas como el resto de ciudadanas y ciudadanos activos y valiosos en la comunidad.

Estas dos trayectorias, hasta cierto punto paralelas, han confluído en los últimos años en una alianza entre la Fundación Zuzenak e Indesa, en una clara apuesta por la inclusión en el terreno laboral y deportivo de personas con discapacidad. A partir de este ejercicio y durante los próximos cuatro años vamos a fortalecer esta colaboración, que permitirá al personal de Indesa disfrutar de diferentes acciones sociales organizadas por Zuzenak Fundazioa, a la vez que aunamos esfuerzos por dar visibilidad a las personas con discapacidad.

No podemos tener un mejor aliado que Zuzenak, con su fuerza y su compromiso, para conseguir una Álava 100% inclusiva.



# ENTREVISTA

**Iker Beitia**

**Deportista Paraecuestre**

***“Para mí la hípica es mucho más que un deporte, es mi forma de vida”***

Iker Beitia (7/5/1983), cumple su decimocuarta temporada en la competición de doma paraecuestre, fecha en la que se puso en marcha la competición de manera amateur, pero no fue hasta el 2018 cuando empezó a competir bajo los colores del Club Deportivo Zuzenak por toda Europa, cuando la competición cogió un rango más profesionalizado y reglado con competiciones durante todo el año deportivo. Esto le ha llevado al jinete alavés a ser uno de los deportistas más laureados de la entidad gasteiztarra.

Todo ello gracias a mucho esfuerzo, sacrificio y amor por la hípica que le llevó, pese al accidente practicando este mismo deporte, a no abandonar y seguir luchando por sus sueños. Un ejemplo de lucha y pundonor que le han llevado a sumar 5 Campeonatos de España y ser uno de los binomios, junto a su caballo Belizzo, más importantes del panorama paraecuestre nacional e internacional.



# ENTREVISTA

## Iker Beitia



**¿Cómo llegas hasta Zuzenak y qué te ha aportado?**

Conocí Zuzenak en el 2018 a través de la Federación Vasca de Deporte Adaptado. Recuerdo que me recibió Rubén Martínez, el director deportivo de la entidad, y fue la persona que me ayudó con toda la información necesaria y las posibilidades que me podían dar para volver a subirme al caballo y empezar a competir de manera más profesional.

Desde el inicio me han dado mucho apoyo y todo lo necesario para poder optar a las ayudas de las que me puedo beneficiar para seguir practicando la doma paralímpica, además de difusión a todo lo que hago, desde competiciones nacionales e internacionales, charlas, etc.

**“Zuzenak es apoyo, integración y deporte”**

**¿Cómo recuerdas ese primer momento de subirme al caballo para hacer doma paralímpica después del accidente?**

En la doma paralímpica empecé en 2008 después del accidente que sufrí el año anterior, 2007, también montando a caballo. Situación que por otro lado no me quitó mi pasión por la hípica y seguir montando a caballo, porque es un deporte que amo.

**¿Cómo fue ese primer día en el que te vuelves a subir al caballo?**

La primera toma de contacto tuvo dos partes: una positiva de volver a empezar y estar de nuevo encima del caballo para recuperar lo que estaba haciendo antes y por el otro la negativa, que era un sentimiento frustrante porque veía que no era capaz de hacer las mismas cosas de antes.

# ENTREVISTA

## Iker Beitia

Tuve una sensación de mucha impotencia, porque ves que te hace falta ayuda para todo, desde preparar el caballo, subirte, moverte con él, vamos que tenía que estar acompañado para todo.

### **Sin embargo, eso no te llevó a rendirte y cambiar de deporte**

No, porque al final también fue una forma de autosuperación para volver a hacer lo mismo que hacía antes. Así que a base de esfuerzo, tesón y constancia fui mejorando.

Además para mí la hípica es mucho más que un deporte, tengo una pasión enorme por los caballos y en ningún momento se me pasó de lado cambiar de deporte y dejar de lado lo que tanto me ha dado y me gusta.

### **¿Qué te aporta la hípica?**

No sé muy bien cómo explicarlo... Para mí es una forma de vida, porque pasas muchas horas con los caballos, es un ser vivo que depende de ti y al que tienes que cuidar, proteger y entender, para que luego él te aporte también un montón de beneficios. Al fin y al cabo es una relación de toma y daca en la que tienes que aportar lo mejor de ti para recibir lo mejor del caballo.

**“la hípica es una forma de vida”**

### **¿Es muy difícil entender y que te responda el caballo cómo quieres?**

Al final requiere mucho tiempo de entrenamiento y pasar tiempo con el caballo. No se nos tiene que olvidar que es una relación en la que tenemos una parte esencial cada uno, por lo que es muy importante tanto entender al caballo como que él te entienda a ti, porque no con todo el mundo reaccionan de la misma manera.

### **¿Quién es Belizzo y qué te ha aportado estos años?**

Belizzo es un caballo de 16 años que tiene mucha experiencia en competiciones, ya que antes competía con mi hermana, Garbiñe, pero cuando se lesionó Absolut, mi anterior caballo, me lo cedió a mí, hace más o menos un año. Este es un caballo muy exigente en el que o haces las cosas bien o sino no sale porque no permite nada.

Tras un periodo de adaptación en el que hemos tenido que trabajar mucho ya nos entendemos muy bien, de hecho ya hemos participado en varias competiciones con muy buenos resultados, como los campeonatos de España. Además, Belizzo es un caballo con mucha calidad, de hecho yo pensaba que no lo podría montar nunca porque es un caballo muy diferente a los anteriores que he tenido, tanto físicamente como de carácter.

# ENTREVISTA

## Iker Beitia

### *Otra de las patas importantes de tu vuelta a la competición es tú hermana Garbiñe*

La verdad es que sí. Ella es la que me ha cedido a Belizzo y la que me entrena, de una manera exigente que me gusta, para sacar lo mejor de mí, porque de no ser así no habría conseguido las metas en las que estoy ahora.

### *Eres uno de los deportistas más laureados de Zuzenak con 5 títulos de Campeón de España...*

La verdad es que tener 5 medallas de oro no está nada mal, además de haber podido estar en dos Europeos, unos Mundiales, etc. Todo eso no es fácil por lo que no me puedo quejar, pero ha sido gracias a muchos años de esfuerzo y sacrificio

### *¿En qué punto estás ahora mismo?*

Estoy en un momento muy bueno, tanto físico como mental. Lo único que me da pena es no haber llegado a los Juegos Olímpicos de París, al tenerlas tan cerca me ha dado un poco de rabia, porque las próximas no sabemos dónde van a ser, pero seguro que más lejos, y aunque logre la clasificación va a haber muchas más dificultades para poder ir.



# VALORACIÓN DE TEMPORADA

## Baloncesto en Silla de Ruedas

### *“Fundación Vital Zuzenak, creciendo desde la cantera”*

Fundación Vital Zuzenak cierra una temporada cargada de experiencias y emociones en la que se ha visto un equipo que ha crecido bajo su clara apuesta por la cantera. De hecho a lo largo de estos 8 meses de competición, de octubre a mayo, se ha podido ver como se han asentado en el primer equipo jugadores como Yerik Martínez, Paulino Etoho y Xavi Nti, estos dos últimos han compaginado la temporada entre el primer equipo y el conjunto filial, además del debut en Primera división de BSR de Irene Basoco.

Una apuesta clara por el talento joven, con un juego alegre, dinámico y atractivo. Estas han sido las señas de identidad de Fundación Vital Zuzenak durante la temporada 23/24, que unido a una férrea defensa, un marcado cambio de estilo y un juego más coral han llevado al cuadro gasteiztarra a cuajar una estupenda temporada en cuanto a resultados y sensaciones. Para el técnico Alejandro Albaina ha sido “una muy buena temporada en la que hemos crecido, creído en nosotros mismos y peleado como jabatos hasta el final, siempre apoyados en un grupo humano excepcional que me ha hecho crecer como entrenador”.

Una campaña en la que la dupla que han formado Alejandro Albaina y Zilia Gil han sabido levantar al equipo en sus momentos más delicados, durante los meses de febrero y marzo con tres derrotas consecutivas ante Sureste Gran Canaria, Adein Tenerife y Salto Bera Bera, para sacar lo mejor de cada uno de los jugadores y jugadoras del equipo.







## *“hemos crecido, creído en nosotros mismos y peleado como jabatos hasta el final”*

Situaciones difíciles, sobre todo con lesiones, que lejos de sembrar un halo de pesimismo y desesperanza en la plantilla, hizo que esta se uniese más para terminar la temporada regular en segunda posición con 12 victorias y sólo cuatro derrotas. Todo esto llevó al gran premio final de la Final Four, en la que se terminó en tercera posición. Una fase final en la que los gasteiztarras se plantaban con muchos debutantes, en un torneo muy exigente, pero con la carta de presentación de una campaña en la que se había demostrado un notable crecimiento y fortaleza.

Además, esta temporada deja la despedida de uno de los veteranos, Iñaki Reguero, que con el cambio de normativa no va a poder ser parte del primer equipo, pero seguirá aportando su experiencia en el conjunto filial.

Un cuadro, el filial, que ha hecho historia en la Liga Norte, terminando en primera posición la temporada regular, para llegar a una Final Four que peleó hasta los minutos finales, remontada incluida, pero se escapó con dos tiros libres en favor de los vecinos, BSR Bilbao. En cualquier caso una campaña, que el técnico Iñaki Ibarreta, ha catalogado como “de crecimiento continuo y en la que hemos podido disfrutar cada fin de semana”.

# Servicios profesionales de *asesoramiento*

DESPACHOS BK  
ETL GLOBAL  
Tax - Legal - Audit



Laboral  
Fiscal y Contable  
Recursos Humanos  
Despacho de Abogados  
Gestión de Subvenciones

Brindamos un **asesoramiento integral** en todos los desafíos de tu día a día



Seguros  
Mercantil  
Consultoría  
Empresa Familiar  
Protección de Datos

945 15 51 39

Calle Beato Tomás de Zumárraga, 7 (01008 Vitoria-Gasteiz, Álava)

info@bket.es

www.bket.es

POR UN HOGAR MÁS CÓMODO Y SEGURO

# Presume de ducha *iya!*



De bañera a ducha en 8 horas

Bainuontziaren ordeztutxa 8 ordutan

Calidad líder  
Pionero en Álava

Kalitate gorena  
Arabana aitziandari



ANTES  
lehen



-25.000  
CAMBIOS  
REALIZADOS  
ALBAKATARIK  
GORRA



SIN PAGOS POR  
ADELANTADO  
ALBOPERTSIAN  
KATARIN GABE



SOLUCIONES  
ACCESIBILIDAD  
EUSKAL  
IBERTASIN  
ITXERHUTUEAN



FINANCIACIÓN  
SIN INTERESES  
FINANZATZA  
INTERESA  
GABE

# Duchaya

www.duchaya.com

VITORIA GASTEIZ  
Avda. Gasteiz nº40

Tel. 945 102 588



## Martín Pérez

### “Mi historia”

## “No te olvides de dónde vienes”

Soy Martín, jugador de baloncesto en silla de ruedas en Fundación Vital Zuzenak. Desde hace unos años soy el capitán del equipo. Aunque juegue en Vitoria-Gasteiz, soy natural de Eskoriatza (Gipuzkoa) y además de mi afición, Zuzenak también es mi trabajo. Soy coordinador de campañas escolares, llevo las redes sociales y también hago trabajos administrativos. Ya sabéis lo que soy, pero ahora os contaré cómo he llegado hasta aquí.

Era una clase de Educación Física más, no recuerdo el deporte que estábamos practicando, pero mi profesor se acercó a mí y me dijo: “Martín, el otro día tuve una comida con unos amigos y uno de ellos es entrenador de baloncesto en silla de ruedas en Vitoria. Estuvimos hablando sobre ti y me propuso si querías ir a probar, ¿qué te parece?” Desde aquel momento, se me abrió un nuevo prisma. Siempre había querido practicar algún deporte y cuando vi esta oportunidad, no dudé en aprovecharla.



## “Desde aquella primera brazada a la silla, el primer lanzamiento a canasta, me cautivó este deporte”

*“Toda mi dedicación y esfuerzo se vio recompensado con el debut en el primer equipo”*

Todavía recuerdo aquel día, que junto a mis padres y un amigo fui a Zuzenak. Desde aquella primera brazada a la silla, el primer lanzamiento a canasta, me cautivó este deporte. Comencé en la escuela deportiva junto con otros muchos chavales y chavalas llenos de ilusión y ganas de pasárselo bien, competir y ganar en cada entrenamiento y en cada campeonato que disputábamos. Recuerdo mi primer partido con la escuela, fue en el BAKH (Baskonia-Alavés Kirol Hiria) contra Servigest Burgos BSR. Mi primera puesta en escena llena de nervios e incertidumbre, pero la ilusión de ese niño de 14 años arrasó con todo y convirtió esos nervios en ilusión y ganas de competir. No recuerdo el resultado de ese encuentro, pero lo tengo grabado en mi cabeza y corazón como si lo hubiese disputado ayer.



# CRECIENDO CON ZUZENAK

## Martín Pérez

*“Con los años  
fui creciendo como jugador  
y como persona”*



Poco a poco fui practicando y mejorando, entrando incluso en dinámica del primer equipo, para convertirme en uno de los jugadores más jóvenes de un equipo veterano que hasta la fecha no tenía relevo generacional. Al principio, los entrenamientos se hacían cuesta arriba porque había un nivel de intensidad al que no estaba acostumbrado. Fue todo un máster para mí. Todos y cada uno de los jugadores de ese equipo me enseñaron a jugar a esto del baloncesto en silla de ruedas y estoy y estaré eternamente agradecido a todos y cada uno de ellos. Toda mi dedicación y esfuerzo se vio recompensado con el debut en el primer equipo.

Recuerdo que ni siquiera iba a estar en ese partido, pero una baja de un jugador hizo que el entrenador llamara a mi madre para plantearle la posibilidad de ir a Albacete al que sería mi primer encuentro oficial y además, en División de Honor (la máxima categoría nacional y considerada como la mejor o una de las mejores ligas del mundo).

Probablemente no estaba preparado para jugar en esa categoría, pero me hacía mucha ilusión y no dudé en aceptar la invitación de mi entrenador. En cuanto al partido, perdimos por una gran diferencia, pero eso no era lo más importante, lo que realmente importaba para mí era mi debut con mis compañeros y en una competición tan exigente. Esto sólo era el principio y así lo sentía.

Con los años fui creciendo como jugador y como persona. El baloncesto, además de ayudarme a mantenerme bien físicamente, también me ayuda mucho en mi día a día. Recuerdo que cuando comencé a practicar este deporte no era capaz de hacer la transferencia de una silla a otra y me tuve que poner las pilas y aprender a hacerlo yo mismo.

Este deporte y Zuzenak me han dado muchísima autonomía, he aprendido a gestionar mejor mis emociones y en general, soy mejor persona. Además, desde que crucé la puerta de las instalaciones de Zuzenak por primera vez siento que me he convertido en una mejor versión de mí mismo.

***“yo sigo aquí intentando que tanto la entidad como yo mismo seamos mejores cada día”***

Hoy en día disfruto en plenitud del baloncesto y de Zuzenak. De los amigos que he hecho aquí y de todo lo que me rodea, Zuzenak se ha convertido en mi segunda familia. Hay personas que se mantienen en la entidad, otras que se han marchado, otras nuevas que han llegado, pero yo sigo aquí intentando que tanto la entidad como yo mismo seamos mejores cada día sin por supuesto, olvidar de dónde vengo.





## Taller electromecánico



Mecánica en general

Teléfono: 945 229 510  
C/ Nicaragua, 10, bajo  
Vitoria-Gasteiz  
asistencia2000@hotmail.com  
www.asistencia2000.com

Horario:  
De Lunes a viernes  
de 9:00 a 13:00 y de 15:00 a 19:00 h

## Servicio Técnico Especializado en Adaptación de Vehículos



Romper barreras... es nuestro reto

ASIENTO GIRATORIO / RAMPAS MANUALES /  
PLATAFORMAS ELÉCTRICAS / GUÍAS-ANCLAJES /  
ESCALONES / MANDO DE CONDUCCIÓN / TRANSPORTE /  
PUERTA AUTOMÁTICA / SATÉLITE MULTIFUNCIÓN



**Tratamientos  
intensivos.  
Único centro  
en Álava.**

**Neuro Rehabilitación Robótica**

945 001 370  
fisun.es

# VALORACIÓN DE TEMPORADA

## Rugby en Silla de Ruedas

*“Euskotren Zuzenak, un proyecto de presente y mucho futuro para el rugby en silla de ruedas en Vitoria”*



Euskotren Zuzenak, cierra una campaña más, y ya son cinco, en la que se ha podido disfrutar del rugby en silla en las cuatro concentraciones que ha disputado el cuadro gasteiztarra durante la temporada; Barcelona, Illescas, Granollers y el broche final en casa, en el polideportivo de Ariznabarra, donde el cuadro de Iker Jiménez estuvo a punto de conseguir uno de los anhelados objetivos de la temporada, la victoria que durante todo el año se ha estado muy cerca, pero se ha escapado por pequeños detalles, incluidas varias prórrogas.

Un proyecto, el rugby en silla, por el que la entidad gasteiztarra ha apostado desde el primer momento, y pese a las dificultades sigue dando pasos en firme para asentarse en Liga Nacional y más pronto que tarde empezar a sacar victorias.

Además, esta ha sido una campaña en la que el cuadro alavés conjuntaba veteranía y juventud a partes iguales con el debut en el banquillo de Iker Jiménez, que la valora como “un año en el que me he sentido muy cómodo en el banquillo, me ha servido para crecer, y en el





## *“los objetivos van a seguir siendo los mismos, competir y mejorar día a día”*

que desde el inicio nos marcamos varios objetivos, que pasaban por entender bien el juego técnica y tácticamente y competir en cada uno de los partidos”. Objetivos que como reconoce el propio Jiménez, “se han ido cumpliendo con el paso de los meses de competición, así que la conclusión de la temporada es buena, y nos sirve para seguir creciendo y ser un proyecto de presente y futuro”.

De cara a la campaña 24/25 Euskotren Zuzenak va a sufrir algunos cambios en la confección de plantilla, con la marcha de José María Picazo a Lanzarote, la despedida de Alexis Pool, que vuelve a Perú, y la baja por estudios de Alfonso López, uno de los veteranos del equipo, y que este año también ha hecho las bases de ayudante del cuerpo técnico. Mientras por el otro lado regresa a la disciplina gasteiztarra Alvar Alonso, “un jugador importante que entiende el juego, es veterano y nos va a aportar muchísimo”, según ha indicado Iker Jiménez.

Con todo esto la próxima campaña “nuestra forma de jugar va a cambiar, pero los objetivos van a seguir siendo los mismos, competir, mejorar día a día y sobre todo planificar mucho mejor entrenamientos y la carga física para llegar bien a cada una de las concentraciones”, ha remarcado el técnico alavés.

## **“Un año más la Fundación Zuzenak organiza charlas y talleres”**

### **Próximamente:**

**\_Taller  
Danza sobre ruedas**

**\_Charla  
El dolor crónico**

**\_Taller  
Menú saludable**

**\_Charla  
Movilizaciones**

**\_Taller  
Primeros auxilios**

**INFORMAREMOS  
EN REDES SOCIALES Y EN  
LA INSTALACION DE ZUZENAK**

La Fundación Zuzenak mantiene un año más en su programa de actividades, los talleres y charlas dirigidos a personas con discapacidad y/o patologías crónicas así como a sus familiares y/o acompañantes.

El objetivo principal de estas actividades es mantener y/o mejorar su bienestar y calidad de vida.

Durante el primer semestre del año 2024, se han tratado diferentes temáticas, de las cuales algunas se repetirán en los próximos meses.

El taller teórico-práctico de Higiene y Ergonomía Postural impartido el pasado mes de abril, ha sembrado precedente para próximas actividades, ya que hubo gente que se quedó en listas de espera.

En los próximos meses también se apostará por nuevas temáticas, por ejemplo la danza en silla de ruedas, una charla sobre el dolor crónico impartida por el Dr. Enrique Barez, así como una charla-taller de primeros auxilios para poder aprender lo más básico.

# DESTINO: PARALIMPIADAS 2024

## Laura, Naiara y Agurtzane

*“Zuzenak nos ha dado la oportunidad de reencontrarnos como deportistas y como personas”*

Las instalaciones de Zuzenak, desde que se abrieron en la calle Gabriel Celaya, se han convertido en uno de los lugares de referencia en la ciudad si hablamos de integración y normalización social. Además de servir para sensibilizar y poner el foco en la realidad que viven las personas con discapacidad, con talleres para escolares y colectivos que, cada año, conocen de primera mano las instalaciones y toda la oferta que tiene tanto la Fundación como el Club Deportivo.

La entidad gasteiztarra cuenta con un importante equipo de preparadores físicos y recuperadores, encargados de organizar y crear ejercicios adaptados a cada una de las lesiones. Todo ello gracias a un gimnasio completo y en el que podemos encontrar todo el material necesario para el progreso y readaptación a las nuevas situaciones.

En muchas ocasiones este se convierte en el punto de referencia y primer lugar por el que pasan los futuros deportistas del Club Deportivo Zuzenak. De hecho fue la primera sala de la instalación que pisaron nuestras tres



# DESTINO: PARALIMPIADAS 2024

## Laura, Naiara y Agurtzane

protagonistas; Agurtzane Eguiluz, que llegó en el 2015 dentro del proceso de rehabilitación para fortalecer las piernas y como punto de enganche para seguir con el deporte, Naiara Rodríguez, que entró en el 2018 después de que en una operación de espalda le tocaran la médula y Laura Ugarte, que llegó hasta Zuzenak en 2020 después de que un accidente de coche la dejase en una silla de ruedas.

*“ Estar en una silla de ruedas, me ha hecho ver cosas que estando de pie nunca hubiese visto ”*

Todas ellas llegaron hasta las instalaciones de Zuzenak para seguir con sus procesos de recuperación, de unas lesiones que les cambiaron la vida y a la vez les abrieron nuevas perspectivas para conocer otras situaciones, que como Laura Ugarte explica: “todavía nos queda mucho camino por recorrer porque no hay tanto conocimiento de este tipo de lesiones y aún hay muchos prejuicios, cada vez menos, pero la realidad es que una persona que no haya vivido situaciones como quedarte en una silla de ruedas no va a poder entenderte, por mucho que quiera y trate de ponerse en t  lugar. A mí me ha hecho ver cosas que estando de pie nunca hubiese visto”.

Aquí es donde entra en juego uno de los trabajos más importantes que se ponen en marcha desde Zuzenak, que es el autoconocimiento y readaptación, tanto mental como física, a la nueva realidad que se ha presentado. Un trabajo de fondo que en el caso de Ugarte le ha llevado a “ser mucho más feliz que antes, con todo lo bueno y lo malo que me ha pasado, pero lo que tengo claro es que no cambiar  nada de lo que he aprendido aquí, porque he conocido a personas que se han convertido en mi segunda familia”. En esta misma línea est n Agurtzane Eguiluz y Naiara Rodríguez, que expresa como “Zuzenak me ha aportado amistades muy importantes en mi vida, y sobre todo tener compañeros que te entienden y saben por lo que has pasado”.



### *“Volví a sentir cómo iba a la misma velocidad que mi cuerpo, 4 años después del accidente”*

A medida que fueron quemando fases en sus procesos de recuperación entró en juego la posibilidad de incorporarse al deporte, y en este caso a formar parte de Fundación Vital Zuzenak de baloncesto en silla de ruedas. Agurtzane recuerda como “tras la visita de un colegio, que vino a probar el baloncesto en silla, se acercó a mí el director deportivo de la entidad, Rubén Martínez, y me preguntó si me apetecía probar. La verdad es que yo ya jugaba a baloncesto en la ikastola antes del accidente, así que esperé la llamada del entrenador, Lander Lozano, ese mismo día y desde entonces (han pasado ya 9 años) estoy aquí enganchada al basket de nuevo”. Además, Eguiluz recuerda con una bonita sonrisa los primeros años en la entidad, “con un grupo de veterano y jóvenes, habíamos entrado varios casi de la misma edad, que nos entendíamos muy bien. Todo aquello me dio mucha fuerza, y volví a sentir como iba a la misma velocidad que mi cuerpo, 4 años después del accidente, y eso mola mucho”.



# DESTINO: PARALIMPIADAS 2024

## Laura, Naiara y Agurtzane

El caso de Naiara Rodríguez no fue tan sencillo que se uniese al equipo, y entre Agurtzane, Aitor Iturricastillo y su ama le tuvieron que 'obligar' a probar este deporte, que luego se ha convertido en una de las patas importantes de su vida. "A mí me llamaba la atención el baloncesto y me gustaba mucho verles entrenar, pero no la idea de volver a sentarme en una silla de ruedas, porque me había conseguido despegar de una y no quería volver a sentarme en ella, lo veía como un paso atrás, pero tras un año de tiras y aflojas un día me pusieron una silla en la puerta del gimnasio y hasta que no me senté, para probar un entrenamiento, no me dejaron salir, y es la mejor decisión que he tomado en mucho tiempo", recuerda con una gran sonrisa Naiara.

Laura admite que hasta llegar a Zuzenak no había practicado ningún deporte colectivo, "yo era más de ir al monte, estar por el pueblo y nadar, pero todo alejado del mundo del deporte competitivo". Sin embargo, reconoce como "la gente y el ambiente que encontré en el equipo de baloncesto me devolvieron las ganas de vivir, porque yo estaba muy mal psicológicamente, pero el compartir con personas que viven en una silla desde pequeños o han pasado por accidentes traumáticos, pasando de estar de pie a la silla, y me entienden me ha ayudado un montón para salir del pozo en el que estaba, y del que yo también me obligué a abrirme y salir".

## *"Camino de París 2024"*

Agurtzane Eguiluz es la veterana, si hablamos de concentraciones y experiencias con la selección española, ya que lleva poniéndose la camiseta del combinado nacional desde el 2016, cuando la selección comenzó un importante trabajo de reconstrucción que luego le han llevado a clasificarse a Mundiales, Europeos y los próximos Juegos Olímpicos de París 2024.

En el caso de Naiara Rodríguez en el 2021 dio el salto a la selección absoluta después de ser una fija en las categorías inferiores y Laura Ugarte llegó el verano de 2022, previo a los juegos de Tokio, pero una inoportuna lesión en el pie le impidió debutar hasta 2023.

Agurtzane Eguiluz, Laura Ugarte y Naiara Rodríguez parten a estos juegos de París con el único objetivo de "disfrutarlos a tope desde el principio, y que nos sirvan para crecer en confianza, porque si hacemos esto los resultados llegarán seguro".



**ORTOPEDIA  
GASTEIZ**  
GABINETE TÉCNICO ORTOPÉDICO

## ORTOPEDIA

C/ LOS HERRÁN 46 A  
TEL: 945 257 686

## TALLER

C/ JOSÉ MARDONES 22  
TEL: 945 269 155

zure gaitasunari  
egokituriko  
**KIROLA** egin ezazu



**AKEF FADA**

ARABAKO KIROL  
EGOKITUAREN  
FEDERAZIOA

FEDERACIÓN  
ALAVESA DE  
DEPORTE ADAPTADO

practica **DEPORTE**  
adaptado a  
tu discapacidad

### CLUB DEPORTIVO ZUZENAK

Discapacidad Física.

Baloncesto en silla de ruedas,  
Rugby en silla de ruedas, Parabádminton, Atletismo,  
Paraciclismo, Tiro Olímpico, Motocross, Esquí Alpino,  
Paraecuestre, Escuela de Deporte Adaptado...  
(CAFA) Gabriel de Celaya 15, bajo-945060013  
deportes@zuzenak.com-www.zuzenak.com

### ITXAROPENA

Discapacidad Sensorial.

Goalball, Ajedrez, Natación, Fútbol sala, Montaña...  
Asociación de Personas con Discapacidad Visual de Álava  
Labastida 29, bajo-945289342  
info@itxaropena.es-www.itxaropena.es

### ASPACE

Parálisis Cerebral.

Boccia y Natación.  
Avda. Reina Sofía 100, bajo-945357578  
asociacion@aspacealava.org-www.aspacealava.org

### APDEMA

Discapacidad Intelectual.

Fútbol sala, Natación  
Asociación de Personas con Discapacidad Intelectual de Álava  
La Paloma 1, bajo-945258966  
direccionocio@apdema.org-www.apdema.org

### CLUB DEPORTIVO AUKERA ANIZTASUNA

Personas con Discapacidad.

Fútbol 7 inclusivo, Pelota-pala adaptada.  
cdaukera2022@gmail.com-639402984

# ESKOLEN KANPAINA

## Dibulgazioa eta sentsibilizazioa 2023-24 ikasturtea

*“71 ekintza egin ditugu guztira aurten, eta 2.500 pertsonak baino gehiagok hartu dute parte.”*



Desgaitasuna duten pertsonentzako kirolaren dibulgazioa eta sentsibilizazioa da Zuzenak erakundearen helburu nagusietako bat, eta horrekin pertsonen inklusioa eta parte-hartzea sustatzen saiatzen da, desgaitasun fisikoak edo kognitiboak izan arren.

Zuzenak kirol egokitua, eta bereziki BSRA, Gasteizko, Arabako eta Euskadiko ikasle gazteei hurbiltzen die, plantillako hainbat kirolari bertan direla.

Saio horien bidez, kirola desgaitasunen bat duten pertsonentzat zabaldu eta sentsibilizatzeaz gain, ikasle guztiak kirol-jardueretan parte har dezaten sustatu eta kontzientziatu nahi du. Horrek, desgaitasuna duten pertsonen mesede egiteaz gain, ikasleen hezkuntza-esperientzia aberasten du, errespetua, aniztasuna eta berdintasuna bezalako balioak sustatuz.



# ESKOLEN KANPAINA

## Dibulgazioa eta sentsibilizazioa

Saio guztiak bi zati dituzte, teorikoagoa, errealitate desberdinak azaltzen eta ezagutarazten dituen, eta kirolariak beren esperientzia pertsonala eta kirol-esperientzia kontatzen dutena. Bestea praktikoa da. Hori guztia parte-hartzaileen adinaren arabera egokitzen da, 5 urte izan baititzakete.

2023/2024 denboraldian, Zuzenak taldeak 71 ekintza egin ditu guztira, eta 2.500 pertsonak baino gehiagok hartu dute parte.



***“ikasleen hezkuntza-esperientzia aberasten du, errespetua, aniztasuna eta berdintasuna bezalako balioak sustatuz.”***

# PANORÁMICA

## C.A.F.A Julio Roca Material en Zuzenak

El Centro de Actividad Física Adaptada Julio Roca es dónde se encuentran las instalaciones del Club Deportivo Zuzenak, entidad sin ánimo de lucro, que tiene como principal finalidad, promover la integración de las personas con discapacidad, a través del deporte, en Vitoria-Gasteiz, Araba y Euskadi.

La entidad promueve actividades en tres grandes campos de actuación: Deporte de Competición, Deporte como canal de Sensibilización y Ejercicio Físico Adaptado.

Para llevar a cabo todas estas actividades, cuenta con muchísimo material deportivo, como las más de 60 sillas de ruedas que guarda en sus instalaciones.

**22 Sillas  
para  
actividades  
de divulgación**



# PANORÁMICA

## C.A.F.A Julio Roca

**6 Sillas de Rugby defensivas**



**8 Sillas de Rugby ofensivas**



**30 Sillas Baloncesto**



# ESCUELA ZUZENAK

**KIROL EGOKITVAREN HASTAPEN-ESKOLA**

¿Tienes una discapacidad física?

¿Usas silla de ruedas a diario?

¿Tienes dificultad para andar?

¿Usas algún tipo de prótesis?

¿Tienes lesiones  
que te impiden hacer deporte a pie?

**HARREMANETAN JARRI!**

[deportes@zuzenak.com](mailto:deportes@zuzenak.com)

945 060 013

**KIROLA  
EGIN  
EZAZU**

**CLUB DEPORTIVO ZUZENAK**  
C/ Gabriel Celaya 15,  
Vitoria-Gasteiz

zu  
ze  
nak

Kirol elkarte  
Club deportivo

