



Arabako Urrezko Emakumeak Alavesas de Oro



“Badaiotzen sokatira
baino gehiago gara,
eta birsortze
prozesuan gaude”



42 urte ditu eta haren bizitza ezin daiteke ulertu herri kirolak gabe, sokatiran arrakasta ugari izan baititu Badaiotz klubaren eskutik. Harekin munduko zortzi txapelketa lortu ditu, beste hainbeste podium eta Euskadiko ezin konta ahala txapel. Beste modalitate batzuk ere lantzen ditu, trontza eta fardo altxaketa, besteak

beste. Azken horretan, Euskadiko txapeldun irten da 2022an. 27 urteko dedikazioaren ondoren, **Garbiñe López de Uralde** klub baten erreferentea da. Klub horrek jakin izan du moldatzen, eboluzionatzen eta arrakastak asimilatzen, baita ere harrobiarekin egindako lana emankorra izaten hasten den trantsizio-aldiak.

Zer daukazu gogoan herri kirolean eta, batez ere, sokatiran hasi zinen garaiaz?

16 urte nituela hasi nintzen neure ahizparekin, trontzan. Herri kirolen munduak hainbat modalitatetara hurbiltzen zaitu. Harez gero, sokatira ezagutu nuen Badaiotz klubean. Ilusio handiz hasi nintzen. Garai batean, lagun talde bat zen, tira egiteko eta festarako elkartzen ginen. Gero, lortu dugun guztira heltzeko eboluzionatu zuen, munduko goma gaineko zortzi sokatira txapelketa alegia.

Estatuko eta nazioarteko erreferenteak zarete

Egia da. Nazioartean, mendebaldeko emakume talde bakarra gara Txina Taipei, munduko sokatiraren nagusia, garaitu duena. Hemendik ikusita, beharbada ez da nabaritzen benetan daukan garrantzia. Herrialde hartan, haien mamu beltza gara. Aurten, harrobia lantzeari heldu diogu nagusiki, gazte jende askorekin. Horrek lagundu egin digu Marta Varela galera handia gainditzeko, iaz hil baitzen (hunkituta). Bizigarri hori gabe, ezingo genuen aurrera jarraitu.

Kirol eta pertsona mailako ezbeharrik handiena izan da Marta Varela galtzea?

Bai. Kolpe izugarria izan zen. Ez geunden prestatuta hura hain laster eta ustekabeen joateko, gaixotasun larri batengatik. Marta dena zen Badaiotzentzat.



Nolakoa izan da gazte jendea biltzeko prozesua?

Aurten helburu batzuk jarri genituen. Alde batetik, klubaren eta gure kirolaren sustapena eta ikusgaitasuna sare sozialen bitartez. Horren eraginez, jendeak gehiago ezagutzen du egiten dugun jarduerara, sokatiraz gainera, hau da, beste modalitate batzuk. Eta horrek neska askoren interesa piztu du. Herriz herri programan ere parte hartzen dugu, Arabako eta Euskadiko Herri Kirolen Federazioaren bitartez eta Barrundiako taldearekin. Eskerrak eman behar dizkiogu herri horretako udalari, bere instalazio guztiak lagatzen baitizkigu. Gazte jendeak parte hartzen duen lehiaketa bat da. Modalitate bakoitzean pertsona berri batek eta aspaldiko batek parte hartzen dute. Kirol horretan sartzeko modu bat da. Neska-mutilez ari gara. Lan horren guztiaren emaitza da zortzi pertsona gehiago bildu zaizkigula. Gainera, kurtso honetan herri kirolak ikastoletan sustatzen ere hasi gara, Eskola Kirola programaren barruan, Arabako Foru Aldundia-ren eskutik. Hori beste harrobi bat izango dela espero dugu.

Modalitate guztietatik, zein da zure gogokoena?

Trontza, zalantzarik gabe. Bizitza guztian landu dut, eta harexekin gozatzen dut gehien. Bi trantsizio garrantzitsu egin behar izan ditut. Lehenengoa, neure ahizparekin lehiatzen nintzenean, baina utzi behar izan zuen. Urte batzuk egon nintzen dolu pertsonalez, harekin izugarri gozatzen nuelako eta ezin hobeto elkar ulertzen genuelako. Ez nuen lortzen inorekin moldatzerik. Baina, denborarekin, hura gainditzeko lortu nuen eta orain Ruth Linazarekin eta, mutiletan, Jon Lapazararen neure senarrarekin lehiatzen naiz. Bigarren trantsizioa trontza aldaketa izan zen. Nik Australiakoaz baino ez nekien lehiatzen; honek, arrain isats formako hortzak ditu. Orain, berriz, amerikarraz egiten da lehia; honek hortz handiagoak ditu eta astunagoa da. Hiru urte daramatragu jada berritasun horrekin eta lana fruitua ematen hasi da.

Emakumeak herri kirolean aritzeko ere, ahalegin handiak behar izan dira. Nolakoa izan da prozesu hori?

Badaiotzen erabaki genuen, sokaz gainera, gutako bakoitzak udan beste bi edo hiru modalitatetan ere jardutea, aukera multzoa zabaltzeko eta haiek ikasteko, autofinantzaketarako balio diguten agerraldiak egiteko asmoz. Hurrengo pausoa maila onean lehiatzea izan da.



Hala erakusten dute, adibidez, Maider Etxezabalek eta Elena de Torok lortu dituzten emaitzek, lehenengoa artaburu bilketako Euskadiko txapelduna eta bigarrena txinga-eroateko Arabako txapelduna. Pixkanaka-pixkanaka modalitate guztietan sartuz goaz.

Munduko zortzi sokatira tituluetatik, zein duzu estimatuena?

Txina Taipeiri irabazi genion biak. Lehenengoa, 2012an, ustekabe-koa izan zelako, garaiezinak ematen zuten eta. Bigarrena, 2020an, oso urte zaila izan zelako, taldea moldatzea asko kostatu eta munduko txapelketan loratu baitzen.

Taiwanen 2013an filmatu zen Step Back to Glory pelikulako protagonistak izan zarete. Zer izan zen zuentzat?

Benetako esperientzia bat izan zen. Harri eta zur geratu ginen, benetan. Haiek profesionalak dira eta baliabide guztiak dituzte eskura; guk, berriz, den-dena geuk ordaintzen dugu, lan egiten dugu eta hau hobby bat da. Ez zuten sinesten. Lanarekin bateratzeaz gainera, gutako askok haurrak ditugu. Imajina ezazu gure klubaren barne historiaren berri izan zutenean. Zur eta lur geratu ziren! Politena elkarrekiko dugun mirespena da. Aurkakoak gara, baina lehiatik kanpo harreman bikainak ditugu.

Zer gertatu behar da zu erretiratzeko?

Ene, pentsatu ere ez dut egiten. 42 urte ditut eta beterranoa naiz, baina ilusioak osorik irauten du. Pentsa ezazu haurdun nengoenean asko kostatu zitzaidala ez lehiatzea. Lehiaketaren gurari horrek mantentzen zaitu bizirik eta gogo osoaz. Gorputzak jasaten duen bitartean, jarraituko dut. Baina tira egitea galarazten didan lesio bat

izanez gero, klub honekin loturik segituko nuke, nire bigarren familia da eta.

Konta egiguzu nolakoa den sokatiran sentitzen den lokarri hori, talde bezala lotzen zaituen zilbor heste gisako hori.

Sokan sentitzen gara. Horretara heltzea asko kostatzen da, hiruren bat urte entrenatzen. Baina hori esperimentatzen duzunean, ez du parerik. Guztiok batera, pausua ematen, joateko batasun hori. Denok batera ibiltzearen sentsazio bat da, inork ezin duela hutsik egin, eta huts egiten badu, lagundu behar diogula. Tira egiten ari garen zortzi lagunok erabateko konfiantza sentitzen dugu. Taldeko kirol bat baino gehiago da.

Herri kirolek sustrai handiagoak dituzte Bizkaian edo Gipuzkoan?

Gu baino pixka bat aurrerago dabilta. Bizkaiak urte batzuk daramatza kirol hau sustatzeko lanean. Baina bide onean gaude erakundeen babesarekin, esate baterako udalak eta aldundiak materiala eta baliabide gehiago ematen dizkigute. Araban birsorkuntza behar dugu, eta maila onean lehiatzeko prestatzen jarraitzen duen jendea. ●



SOKATIRA

Sokari tira egitean datzan lehiaketaren jatorria antzinako gurtza eta ospakizunekin loturik dago.



SOKATIRAREN JATORRIA

Historiak ez du ematen datarik edo lekurik sokatiraren jatorria argitzen duenik. Herrialde batzuetan (Birmania, Halmahera, India, Borneo, Korea, Hawaii eta Ginea berriko uharteak) sokatira ekitaldi erritualen aztarnak aurkitu dira. Baita ere, Asiako herrialdeetan eta Afrikan (Kongo, Zaire), Amerikan (eskimalak) eta Ozeanian (Zeelanda Berria), errituen bidez dugu sokatiraren berri. Sokatira ahalmen mistikoen ikurra da, hala nola gaiztakeriaren porrota, onaren eta gaitzaren arteko borroketan, hiletetan... urtaro berriko eguraldiaren iragarpena. F.E. Lawyer-ek azaltzen du gai honen inguruko Birmaniako sinestea: euriaren taldeak eta lehortearrenak borrokan dihardute nagusitzeko, eta herri pentsaeraren arabera euriaren taldeak lehortearrena garaitzea lortzen badu, euria egingo du. Munduko beste muturrean, Kanadako eskimalek bi talde osatzeko ohitura dute: batak udazkena irudikatzen du, eta besteak negua. Bietako zein nagusitzen den, etortzeko den eguraldiaren aurreikuspena egiten dute.

SOKATIRA

KIROLAREN HISTORIA

Historiak aurrera egin ahala, sokatira ez da gehiago lotzen zeremonia erritualekin, eta indar fisikozko lehiaketa hutsa bilakatu da.

2500 K.a. Aztarna garbi-garbiak aurkitu dira Sakaran (Egipto), Meretakuren hilobiko horma bateko grabatuan, non sokatira kirol moduan ageri baita.

500 K.a. Grezian egiten zen, Joko Olinpikoen sorterrian. Kirolariak sokatiran aritzen ziren lehiaketako kirol moduan, edo beste kirol batzuetarako entrenatzeko balio zuen ariketa fisiko moduan.

K.o. XII. mendea Sokatira Txinako enperadoreen gorteetako lehiaketen zati bat zen.

XIII.-XIV. mendeak Mongolian eta Turkian ere lehiaketaren aztarnak aurkitu ziren. Mendebaldeko Europan, gutxi gorabehera K.o. 1000. urtean hasi zen sokatiraren agerpenaren historia. Garai hartako txapeldunen istorioetan Eskandinaviako eta Alemaniako sokatiraren aztarnak ageri dira, "Kraftige Spiele" (indarraren jokoak) izeneko jokoetan. **XV.-XVI. mendeak** Frantziako eta Britainia Handiko lehiaketetan ere aurkitzen da. Gainera, garai hartan garrantzi handiagoa ematen zitzaion kirolari. Taldea osatzeko orduan, pisu berdineko gazteen artean egiten zen aukeraketa.

SOKATIRA ANTOLATUTAKO

KIROL MODUAN

XIX. mendean, Europan, gaur egun ezagutzen dugun sokatira daukagu, antolatutako kirol moduan.

Lehenik klubaren artean izan zen, baina pixkanaka-pixkanaka eboluzionatzen joan zen eta klubaren hainbat elkarte eta federazio sortu ziren.

Britainia Handian, adibidez, 1880an Afizionatuen Elkarte Atletikoa sortu zen eta, aldi berean, atletismo eta futbol elkarte nazionalak ere sortu ziren. Atletismo modalitate hauek zeuden: lasterketak, jauziak, pisu jaurtiketak eta sokatira.

Beste kirol askotan gertatzen zen bezalaxe, sokatiraren erregelak ez ziren oso argiak, ez eta homogeneousak ere herrialde guztietan. Haietako askotan, taldea lau gizonen osatzen zuten. Beste batzuetan, ordea, zortzik osatzen zuten. Esan beharra dago sokatiran erabiltzen ziren teknikak berak iraingarriak izango liritekeela egungo erregelekin alderatuta, baina garai hartan ontzat eta baliagarritzat ematen ziren. Sokari tira egiteko hainbat teknika badaude:

- Austriako Tiroleko tabernetan, orain dela bi mendez gero, *finger häkels* edo atzamarrak egiten da.
- Eskimalek biren arteko borroka egiten dute, *arsaaraga* izenaz ezagutzen dena.
- Korean, aurkakoari lerroa gurutzaraztean datza lehiaketa, makilez baliatuz.

NAZIOARTEKO FEDERAZIOA

Zorionez, sokatira olinpiadetan ez egoteak ez du eraman haren desagerpena. Sokatirak bizirik iraute du mundu guztian kirol modalitate moduan. Atletismo elkartetan, sokatirak oraindik ere diziplina atletikoa zen. Batzuetan, azoketan edo jaialdietan adibidez, herrien artean lehiakortasun ikaragarria egon ohi zen. Taldeek aparteko eta beregaineko sokatira erakunde bat sortzeko beharra ikusi zuten, Atletismo Elkarte Nazionala, ez baitzitzaien jaramon asko egiten modalitate horri. Suediakoa da zaharrena: Suenska Dargkamp Forbudent (1933); Britainia Handikoa (1958) eta Holandakoa (1959). Elkarte nazionalak sortu eta gero, nazioartean lehiatzeko gogo eta beharra pixkanaka-pixkanaka handituz joan ziren. George Hutton ingeles elkarteko kideak nazioarteko federazioaren sorkuntza sustatu zuen, 1960an, Suediako elkartearen ordezkarien laguntzarekin. Nazioarteko I. lehiaketa federazio berriak antolatu zuen: Baltikoko Jokoak (1964), Malmon, Suedian. Bertan, Britainia Handiak, Suediak, Holandak eta Danimarkak hartu zuten parte Europako I. Txapelketa: Londresko Cristal Palace-en (1965). I. Munduko Txapelketa: Holandan. Arazo ekonomikoak direla-eta, kontinenteen arteko eta munduko txapelketak ez dira urtero egiten, txandakatzuz baizik; hau da, urte batean munduko txapelketa egiten da eta hurrengo urtean kontinenteen artekoa. Nazioarteko Sokatira Federazioa (TWIF) osatzen duten herrialdeen egungo helburu nagusia sokatira kirol olinpikotzat hartzea da.

SOKATIRA

EUSKAL HERRIAN

Idatzizko aipamenik ez dagoen arren, euskal herritarrek betidanik sokatiran aritu direlako uste osoa dago. Ditugun lekukotasunik zaharrenak marinelen eguneroko zereginarekin

lotzen dute, itsasontziak sirgatik tira eginez porturatzen baitzituzten. Bale ehiza ere aipatu behar da; izan ere, zetazeoa hil eta gero, lurrera ekarri egin behar zen zatikatzeko, arrastaka, burutik eta isatsetik tira eginez. Lanean lortutako tiratzeko trebetasunari esker, beren artean lehiatzen hasi ziren. Etnografikoki, soka izenak ezaugarri zeltikoak ditu. Erdarazko 'soga' hitzak euskarazko 'soka' hitzean du jatorria.



«Zorionez, sokatira olinpiadetan ez egoteak ez du eraman haren desagerpena.»

Eta gure 'soka' suka zeltikotik hartua da. Hala ere, oroitzapenek eta ahozko tradizioak diote joan zen mendean sokatira desafioak oso maiz egiten zirela Euskal Herriko auzoetan. Gertaera gisa, aipatu behar da 1915eko apirilaren 18an, Euskal Jaietan, sokatirako lehiaketak egin zirela Atotxako futbol zelaian, 12 gizonetako taldeekin. Jolastokieta izeneko taldea atera zen irabazle. Halaber, Azpeitian 1935 aldean, Keixeta aizkolarari famatuak Azpeitiko taldea prestatu zuen Euskal Jaietan, Espainiako txapelduna zen Oiartzungoaren kontra lehiatzeko, eta irabazi egin zuten.

SOKATIRA

MODALITATE DESBERDINAK

Euskal Herrian, gehienetan, sokatira gainazal gogorrean egin izan da. Oso urte gutxi dira lur gaineko modalitatea ezagutzen dugula. Lur gainean tiratzetik goma gainean tiratzera 1979-80 urte inguruan pasatu zen. Harez gero, nazioarteko txapelketan ere goma gaineko modalitatean lehiatu da. Lehenengo aldia Getxon izan zen, 1991n. Harez geroztik, mundukoa bi urtean behin egiten da. Europako eta Japoniako taldeek parte hartzen dute. Beste alde batetik, goma gainean tiratzea, batez ere, nazioarte mailako entrenamenduetarako egiten da, modalitate moduan baino gehiago.

TIRATZEKO TEKNIKAK

Bistakoa da lur gainean eta goma gainean tiratzeko teknikak oso desberdinak direla. Lur gainekoak askoz ere iraunkortasun handiagoa behar du eta tiraldiak luzeagoak dira, tiratzaileak hobeki kokatzen direlako lur gainean. Ingalaterrako taldeek oso teknika landua daukate. Euskal taldeek haiengandik ikasi behar izan dute, eta zorionez, ikasle onak direla erakutsi dute. Zalantzarik gabe, zortziko taldearen egoera eta zeregina desberdinak dira herrialde batetik beste batera, leku bakoitzaren ezaugarrietara egokituta. Gainontzeko kiroletan bezala, entrenatzaileak, taldea gidatzeaz gainera, aurkakoaren ahuleziak detektatu behar ditu, momentu egokian aginduak emateko. Garrantzi berezia du, halaber, azken tiratzaileak, "aingura"rena egiten baitu. Berak sentitzen ditu hobekien sokaren presio-uneak, eta bera kokatzen da garaiera handienera, ikuspegi zabala duela. Beste kontu garrantzitsu bat oinetakoena da, bai lurrerako, bota egokiak topatu behar baitira, bai gomarako. Orain dela gutxi arte, gomazko abarkak erabili dira lur gogorrerako, hari atxikitzeko. Gaur egun, oinetako egokiak bilatzen dira goman finkatzeko. ●

Non ikas eta goza dezakezu kirol honetaz?

Jar zaitez harremanetan
Arabako Herri Kirol Federazioarekin



**ARABAKO HERRI
KIROL FEDERAZIOA**
FEDERACIÓN ALAVESA DE
JUEGOS Y DEPORTES VASCOS

KIROL ETXEA
Zerkabarren, 5
01001 Vitoria-Gasteiz
657 79 88 69

arabaherrikirolak@gmail.com



dxtfem.com/alava/

EL SITIO QUE TE INFORMA SOBRE
EL DEPORTE FEMENINO EN ARABA

ARABAKO NESKEEN KIROLARI
BURUZKO LEKU

**LAIA
eskola**

Arabako emakumeen jabetzarako eta
berrakuntzarako eskola
Escuela para la igualdad y el empoderamiento
de las mujeres de Alava

Kirol Zerbitzua
Servicio de Deporte

araba álava
foru aldundia diputación foral



web.araba.eus/eu/kirola