

Emakumeen kirolari  
buruzko aldizkari digitala  
Revista digital sobre  
deporte femenino

24

Azaroa • Noviembre  
2022

# Arabako Urrezko Emakumeak Alavesas de Oro



“Boxeoan sartzen zarenean,  
mundu desberdin bat  
ezagutzen hasten zara”

**Lidia Calvo** (Gasteiz, 1998)  
gimnasia erritmikoa  
utzi zuen boxeoan  
hasteko. Kirol horren  
diziplinak eguneroko  
bizitzan laguntzen dio.  
Arabako boxeo eskolan  
entrenatzen da. Barne  
diseinatzailea da, eta  
eraikuntza proiektuen  
goi mailako zikloa ere  
amaitu zuen. Oraingoan,  
ez du Mendizorrotzeko  
gimnasioan entrenatu eta  
ondo pasatzea bezainbeste  
erakartzen lehiatzeak.



araba álava  
foru aldundia diputación foral

### -Nola hasi zinen boxeoa?

Umetan gimnastika erritmikoa egiten hasi nintzen. Sei urte eman nituen. Ondoren, institutuan hasi nintzenean, aerobikera aldatu nintzen. Boleibolean aritu nintzen eta, aldi berean, boxeoa ere hasi nintzen, baina Santanderren unibertsitatean hasi nintzen eta, azkenean, boxeoa alde egin nuen. Baina, neskatoa nintzenetik, beti esan izan diot amari gustatzen zitzaidana boxeoa zela. 14 urte nituela probatzen ausartu nintzen, eta harrezkero han jarraitzen dut.

### -Zure bizitzaren ardatza kirola da.

Hala da. Asteren batean ezin banaiz entrenatu, haren falta sentitzen dut.

### -Kontaktuko kirola da. Zer esaten dizu jendeak?

Hasieran, harritu egiten ditu nik boxeoa egiteak. Gizonezkoen kirola dela ere esaten didate. Mutil gehiago daude, hori hala da, baina neskak gero eta gehiago gara.

### -Gogoan al dituzu zure lehen entrenamenduak?

Beno, boxeoa estigma hori dauka, elkar jotzera baino ez goazela, baina hori baino gehiago da. Alde fisiko bat dago, oso zorrotza, eta alde tekniko bat, zeinean kolpea nola eman eta nola saihestu erakusten baitizute. Beste alderdi bat "sparring" arena da, borroka gehiago bideratua. Ni neu oraindik ez naiz lehiatu. Ni entrenatu egiten naiz. Egia esan, kirol honetan ez nago lehiatzeko, ez dit horrek atentzio handirik ematen. Entrenatzea eta behar den prestakuntza guztia gusztatzen zait. Kirolaz gozatzea gustatzen zait. Horrekin ez dut esan nahi lehiatuz gozatzen ez denik, baina sakrifikuagoa da, pisuarekin diziplinatua izan behar delako eta beti % 200ean egon behar delako. Sakrifizio handia egin behar da. Nire lehen entrenamenduei eta kolpeei dagokienez, ez dut gogoratzen etxera minduta inoiz joan naizenik. Entrenamenduetan, kontaktuko kirola izan arren, kontuz ibiltzen gara minik ez emateko. Hori aldatu egiten da lehiaketan. Agian horrek

ematen dit errespeturik handiena, eta ez nau lehiatzeko erabakia hartzera bultzatzen. Hala ere, beti daude arbitroak eta, amateur mailan, nahiko kontrolatuta dago.

### -Arabako boxeo eskolan entrenatzen zara. Edozein adinetako jendearentzat da?

Soilik entrenatu nahi den jendea zein lehiatu nahi den jendea dago. Gimnasio pribatua ez bezalakoa da. Eskolan, adin desberdinetako jendea dago. Ni txikienei eskolak ematen hasi naiz, eta oso haur txikiak ditut, 7 urtetik 14 urtera bitartekoak. 14 urtetik aurrera, eskola kirolek kirol federatura igarotzen da. Hortik aurrera, adin guztietako jendea dago.

### -Zer irakasten zaie haur txikiei?

Egia esan, gogotsu etortzen dira. Jolastera eta dibertitzera bideratua dago. Teknika nozioak ematen dizkiegu, eta kirol honen balioak irakasten dizkiegu, hala nola diziplina, baina beren adinerako dosi egokietan.

### -Nolakoa da entrenatzeko arropa? Babesten al zarete?

Entrenamendu fisikoetarako, arropa normala. Eta teknika lantzeko, eskuak benda bereziekin estaltzen ditugu eta gainean eskularruak jartzen ditugu. Hortzak aho babeskiarekin babesten dira, eta, nik, beti jartzen dut bular babeskia. Mutilek, behealdean, barrabil babeskia jartzen dute. "Sparring" espezifikoa egingez gero, kaskoa ere jartzen dugu.





**-Diziplina eskatzen duen kirola izanik, zer alderdi zaintzen dira?**

Zenbait faktoreren arabera da. Lehiatu nahi bazara, nutrizioa asko zaindu behar duzu, ondo sentitzen zaren pisuan egoteko eta, nolabait esatearren, itundu duzun pisuan egoteko. Hori bai, hori sakrifikatua da. Entrenamendua hainbat zatitan egituratzen da. Guk lehen ordu erdia fisikoari eskaintzen diogu, eta korrika egitea edo indar zirkuitu bat egitea izan daiteke. Gero, alde teknikoa lantzen dugu, bikoteka edo zakuarekin. Gero, beste tarte bat izaten dugu, luzatze ariketa eta abdominalena, entrenamendua ondo amaitzeko. Egia esan, saio bakoitzetik ateratzen naizenean, berri-tuta ateratzen naiz, bizkortuta eta burua ondo dudala.

**-Boxeo olinpikoak ez al du zerikusirik babesik erabiltzen ez den beste boxeoarekin?**

Olinpikoan babesak jartzen dira, eta horrek jada bereizten du. Film batzuetan ikusten den boxeoa marjinalagoa dirudi, jendea kalean elkar joka ibiltzen dela ematen du. Teknika handia dago kirol hone-tan. Ezagutzen duzunean, nabaritzen duzu noiz ematen den kolpea ondo eta noiz ez.

**-Joana Pastrana munduko txapelduna da, eta iaz utzi zuen boxeo profesionala. Zure ustez, “dei efektua” eragin al du nesken artean?**

Bada, ez dakit zer esan. Nik beste aldetik ikusten dut. Egia da, berari esker, emakumezkoen boxeoa agerikoago egin dela, baina ez dakit horrek neskak hura praktikatzera animatzea eragin duen. Boxeo eskolan neska gutxi gaude oraindik ere.

**-Oso gaztea zara. Ikusi al dituzu Rockyren filmak?**

Bai, bai. Denak ikusi ditut (barreak). Film horietan, borrokaldiez gain, Rockyk behar duen prestakuntza ere ikusten da: alde fisikoa, teknikoa...

**-Kirol gogorra eta elkar jotzearen kirola izatearen estigmatik askatu behar al du boxeoa?**

Baietz uste dut. Izan ere, jende asko etor-tzen da entrenatzera alderdi fisikoa bene-tan osoa delako.

**-Zure kolperik onena?**

Eskuineko “crochet” kolpea asko gustatzen zait (barreak).

**-Zergatik gomendatuko zenuke kirol hau?**

Sasoi onean egon nahi baduzu, kirol be-netan osoa da. Gainera, harrapatu egiten zaitu. Sartzen zarenean, beste mundu bat ezagutzen hasten zara. Ken diezaiozun elkar jotzera joatearen estigma. ✨

# Emakumezkoen boxearen historia

**E**makumezkoen boxeoak gizonezkoen boxeorekin ondoan agertu zen, modurik berezkoenean, baina denborarekin egokitzen joan da. Hain zuzen, 1904ko Joko Olinpikoetan diziplina horren erakustaldia egin zen.

Hala ere, 100 urte baino gehiago itxaron behar izan zen. Zehazki, 2012an Londresko Joko Olinpikoetan sartu zen modalitate bezala. Hain izan da luzea itxaronaldia, ezen, emakumezkoen boxeoak baita, gaur egun, soil-soilik generoari loturiko arrazoi bat dela eta sartzeko denborarik gehien behar izan duen kirol modalitatea.

Duela hamarkada bat baino gutxiago arte diziplina olinpikoa izan ez bazen ere, XX. mendearen lehen erdian asko hedatu zen kirol hori.

Ezagutzen ditugun lehen borrokaldietara jo nahi izanez gero, 1722ra arte joan behar gara, Erresuma Batura. Gehien nabarmendu zen boxeatzailerik Elizabeth Wilkinson izan zen, XVIII. mendeko kirol horretako benetako figura ospetsua.

Estatu Batuetan eta, zehazki, 1876an egin zen emakumezkoen boxeoko lehenengo borrokaldia. Han, kirol horrek ospe handia zuen ordurako eta gero



eta handiago egin zen, XX. mendean mundu osoko telebisten interesa piztu arte. 1950eko hamarkadan eman zen telebistan emakumeen arteko lehen boxeo borrokaldia. Boxeolari ospetsu eta sarituenetako bat zuen erakargarri: Bárbara Buttrick.

Erakusgarri horiek guztiak gorabehera, artean oraindik pixka bat itxaron behar izan zen askorentzat emakumezkoen boxeo profesionalaren sorreratzat jotzen dena ikusteko. 1996ko martxoan gertatu zen emakumezkoen boxeorekin

historiako une gakoetako bat; izan ere, Boxeo Amateurraren Elkartek kendu egin zuen zaharkitua zegoen debeku bat, alegia, emakumezkoek kirol hori egiteko debekua, zeina 1880an ezarri baitzen Erresuma Batuan. Urtebete geroago, Ameriketako Estatu Batuek ere funtsezko urratsa egin zuten, emakumeen arteko lehen boxeo txapelketa antolatu baitzuten. Horri guztiari esker, boxeo modalitate hori gaur egun den bezala aitortu zen: kontaktuko kirol prestigiotsua.

### Historia laburra

Emakumezkoen boxeoren sorrera XVIII. mendearen hasieran kokatu behar da gutxienez, orduan borrokatu baitzen Elizabeth Wilkinson Londresen. Bere burua Europako txapeldun gisa aurkeztu zuen, eta gizonen eta emakumeen aurka borrokatu zen. Garai hartan, boxeoko arauak ostikoak ematea, jotzea eta gaur egungo eraso metodoen artean ez dauden beste batzuk erabiltzea ahalbidetzen zuten.

### Emakumezkoen boxeoak 1904. urtean agertu zen lehen aldiz Joko Olinpikoetan, borroka erakustaldi batean

1920ko hamarkadan, Andrew Newton irakasleak emakumezkoen boxeo kluba eratu zuen Londresen. Hala ere, emakumeen boxeoak eztabaida handia eragin zuen. 1926. urtearen hasieran, Shoreditcheko Udalak Annie Newton eta Madge Baker boxeatzailen artean antolatutako erakustaldia debekatu zuen. Hackneytik gertu borrokaldia egiteko saiakera bat hango alkateak zuzendutako kanpaina batek suntsitu zuen. Alkateak honako hau idatzi zuen: "Proposatutako den emakume boxeatzailen erakustaldi hau gizon zakar askoren ideal sentzualen saritzat jotzen dut". Barne ministroa, Sir William Joynson-Hicks, partidaren aurka egon zirenen artean zegoen, eta honako hau adierazi zuen: "Legegintzaldiak ez zuen inoiz pentsatuko herri honetan hain erakustaldi lotsagarriarik egingo zenik". Istorio hark oihartzuna izan zuen herrialde osoan eta nazioartean. Emakumezkoen boxeoak 1904. urtean agertu zen lehen aldiz Joko Olinpikoetan, borroka erakustaldi batean. Haren berpizkundea Suediako Boxeo Amateurraren Elkartek hasi zuen,

zeinak 1988an emakumeentzako ekitaldiak onartu baitzituen. Boxeo Amateurraren Britainiar Elkartek 1997an onetsi zuen emakumeentzako boxeoren lehen norgehiagoka. Lehen ekitaldia hamahiru urteko bi mutil gaztek egitekoa zen, baina boxeatzailentzako batek lehiaketa utzi zuen, komunikabideetan sortutako bere aurkako giroa zela eta. Handik lau astera, hamasei urteko bi gazteren arteko ekitaldia egin zen. Batak Susan MacGregor zuen izena, eta besteak Joanne Cawthorne. Nazioarteko Boxeo Elkartek (amateurra) emakumeen boxerako arau berriak onartu zituen XX. mendearen amaieran, eta emakumeen lehen Europako Kopa onetsi zuen 1999an, eta emakumeen lehen Munduko Txapelketa 2001ean.

Emakumezkoen boxeoak ez zen Pekingo Joko Olinpikoetan agertu 2008an, baina 2009ko abuztuaren 14an iragarri zen Nazioarteko Olinpiar Batzordeko Batzorde Beteazleak onetsi zuela emakumezkoen boxeoak 2012ko Londresko Jokoetan sartzea, behatzaile batzuek espero zutenaren aurka.

Nazioarteko Olinpiar Batzordeak erabaki zuen emakumezkoen pisuaren arabera hiru kategoria gehigarri sartzea Londresko Jokoetan. Hala ere, emakumeen boxerako uniforme berri bat prestatzen ari ziren, «generorako egokia», eta horrek berekin zekarren emakumeek (Nazioarteko Boxeo Amateurraren Elkartearen arauen arabera) gona erabiltzea lehiaketetan. Gai horri entzungor egin zitzaion oro har, harik eta Elizabeth Plank Londresko boxeatzaila amateur eta ikasleak gaia argitara atera eta Change.com-en eskaera bat sortu zuen arte, generoan



oinarritutako nahitaezko uniformeak kentzeko.

2001eko urrian, 2001eko boxeo amateurreko emakumezkoen munduko txapelketa egin zen Scrantonen (Estatu Batuak).

2015ean, Munduko Boxeo Federazioak emakumezkoen hainbat titulu bateratu zituen titular bat izateko. 2017tik aurrera, gizonen boxeoaren eta emakumezkoen boxeoaren arteko alde bakarrak boxeatzailen segurtasunarekin lotutakoak dira.

Nazioarteko Boxeo Amateurraren Elkartearen lehiarako arauetan eta arau teknikoetan ezarritakoaren arabera:

- Buru babesak beharrezkoak dira edozein adinetako boxeatzailentzat.
- Emakumezkoek bular babeskia erabiltzea gomendatzen zaie, pubis babeskia gain (hankarteak);
- Haurdun dauden kirolariek ezin dute parte hartu borrokaldietan. ✨

## Arabako boxeora hurbildu nahi baduzu,

gurekin harremanetan jar zaitezke:

**Arabako Boxeo Federazioa**



**FEDERACIÓN ALAVESA  
DE BOXEO**

ARABAKO BOXEO  
FEDERAZIOA

Zerkabarren kalea 5, behea  
Kirol Etxea  
01001 Gasteiz

info@federacionalavesaboxeo.com  
www.federacionalavesaboxeo.com



**dxtfem.com/alava/**

**EL SITIO QUE TE INFORMA SOBRE  
EL DEPORTE FEMENINO EN ARABA**

**ARABAKO NESKEEN KIROLARI  
BURUZKO LEKU**



Kirol Zerbitzua  
Servicio de Deporte

**araba álava**  
foru aldundia diputación foral



[web.araba.eus/eu/kirola](http://web.araba.eus/eu/kirola)