

Arabako kirolari
buruzko aldizkari digitala
Revista digital sobre
deporte alavés

30

Martxo • Marzo
2026

Urrezko Kirolariak

Deportistas de Oro



“Los Juegos Olímpicos de
Los Ángeles 2028 están en el horizonte
y sería un sueño
poder estar”

Nerea Hermosa (Vitoria 2001), es el techo del baloncesto español con sus 196 centímetros. Es la primera vitoriana en la historia que forma parte de la selección española. Después de cuatro años en la universidad americana Georgia Tech donde disputó la NCAA, recaló en el Casademont Zaragoza con quien ha renovado hasta 2027. En su haber, una Copa de la Reina y una Supercopa. A sus 25 años, su ambición le lleva a pensar en disputar los Juegos olímpicos de los Ángeles en 2028.



araba  álava
foru aldundia diputación foral

Puedes ver aquí
el vídeo de la
presentación



-¿Qué queda de aquella niña que salió del colegio San Viator siendo muy joven?

Risas). Sigo siendo una chiquilla en actitud, pero ya han pasado más de diez años. Estudié en el colegio Nazaret, pero empecé a jugar a baloncesto en San Viator. El irme al club Siglo XXI me dio mucho bagaje ya que empecé a competir en la Liga Femenina 2. Y después formarme en Estados Unidos fue fundamental para regresar a España preparada para competir a alto nivel.

-¿Qué supuso tu etapa en Estados Unidos, personal y deportivamente?

Mucho. Me fui con 18 sin saber casi inglés para estudiar Diseño Industrial en la Universidad de Georgia Tech donde disputé la NCAA. Esos cuatro años me sirvieron para madurar. Conocí gente de todo el mundo, competí en una de las mejores ligas universitarias y adquirí una ética de trabajo y contactos que luego me han ayudado. Después, al volver a España, se nota porque quien ha estado fuera trae otra mentalidad y constancia.

- ¿Te llegó alguna oferta importante mientras estabas fuera?

Escuché que el entrenador Roberto Iñiguez de Heredia me tenía echado el ojo cuando entrenaba en Perfumerías Avenida, pero en ese momento yo necesitaba un club para seguir formándome y elegir Zaragoza me pareció la mejor opción por el proyecto y por las compañeras que había.



Lesión de rodilla y sin Eurobasket 2025

-¿Qué tal tu rodilla?

Bien, muy bien. Me operaron en abril de 2025. Era una decisión que había que tomar porque tenía dañado el menisco y jugaba con dolor. Podría haber seguido forzando, pero pensé que no merecía la pena y decidí parar para recuperarme bien. Esta temporada 25-26 las sensaciones son muy buenas desde que reaparecí a finales de octubre. Ha sido medio año de parón y cuesta ponerse.

-No pudiste formar para de la selección que fue subcampeona de Europa precisamente por recuperarte de esta lesión

Sí, exacto. Fue un palo duro. Para cualquier deportista tener que parar es complicado. Pero sigo con motivación y nuevas convocatorias. Eso me ayudó para aprender y sacar cosas positivas.

-¿Hay mucha competencia para entrar en la selección en tu puesto?

Sí, hay bastante competencia. La posición de pívot está reñida; por ejemplo, este año no ha estado Megan Gustafson porque estaba lesionada; si hubiera estado, habría sido aún más difícil. Pero es una motivación el seguir trabajando y entrenando para formar parte de la selección.



- ¿Qué referentes has tenido en el baloncesto?

No tuve uno fijo desde pequeña; mis referentes fueron surgiendo con la experiencia. Por ejemplo, Maite Cazorla es referente para mí por su trayectoria y liderazgo; Alba Torrens y María Conde también lo son por su personalidad y cómo unen al equipo. Mariona Ortiz también me inspira por su perseverancia: debutar en la selección con 30 años demuestra que nunca hay que rendirse.

-Tu pueblo Bernedo ¿sigue siendo tu lugar de desconexión?

Siempre que puedo voy. Desde que estoy en Zaragoza es un poco más complicado, pero siempre que puedo me escapo para ir al monte, pasear y desconectar. Es mi lugar favorito.

-¿Por qué recomiendas el baloncesto a las niñas y niños?

Principalmente porque es un deporte de equipo y enseña a convivir con gente diferente, fomenta la vida sana y permite aprender valores. Les diría a los niños y niñas que empiecen y que lo disfruten. Lo demás ya vendrá. ✓

-¿Consolidarte en la selección es un reto?

Sí, me encanta jugar con la selección y formar parte del proyecto de la nueva generación. Es mucho trabajo y sacrificio, pero si se consigue merece la pena. Los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028 están en el horizonte. Mi sueño sería estar entre las elegidas.

-Has renovado con Casademont Zaragoza hasta 2027.

Sí, me quedan dos años más en este club. Es una decisión muy acertada por el proyecto que hay en Zaragoza. Era lo que quería para seguir creciendo como jugadora

-El poder disputar la Euroliga ¿es un plus para ti?

Sin duda. Competir contra los mejores equipos de Europa es una motivación. Además, el hecho de la Final Six de la Euroliga se celebre tres años consecutivos en Zaragoza (2025, 2026 y 2027) es también otro motivo para estar contenta en Zaragoza. Es increíble este público y cómo apoyan.

- ¿Percibes que la liga española está, cada vez, más igualada?

Sí, cada vez está más difícil y eso me alegra porque le da emoción. Antes Perfumerías Avenida dominó muchos años y eso quitó algo de emoción.

Breve historia del Baloncesto



Los orígenes (1891): Nace un nuevo deporte

El baloncesto fue creado el 21 de diciembre de 1891 por James Naismith, un profesor canadiense de educación física que trabajaba en la YMCA International Training School de Springfield, Massachusetts.

El invierno era muy frío y los deportes al aire libre quedaban imposibilitados. El director del centro pidió a Naismith que ideara una actividad que pudiera practicarse bajo techo, que mantuviera a los alumnos activos y que además redujera la violencia que generaban otros deportes de la época, como el rugby.

Naismith desarrolló un juego simple:

- Dos equipos
- Un balón de fútbol
- Dos cestas de melocotones sujetas a la barandilla del gimnasio
- Unas reglas básicas

El objetivo era introducir la pelota en la cesta rival desde un lugar elevado. Al principio, cuando

un equipo encestabá, había que parar el juego para que un alumno subiera a recoger la pelota, ya que las cestas tenían fondo.

Así nació el basket ball.

Breve historia del baloncesto femenino en España

El baloncesto femenino en España comenzó a desarrollarse en las primeras décadas del siglo XX, aunque su expansión real llegó algo más tarde. Las primeras competiciones escolares y universitarias aparecieron en los años 20 y 30, pero la Guerra Civil y la posguerra frenaron su crecimiento.

En la década de 1950 se empezaron a formar clubes femeninos vinculados a

instituciones educativas y deportivas. En 1963 se disputó la primera edición de la Liga Nacional femenina, antecedente directo de la actual Liga Femenina. Era un campeonato modesto, con pocos equipos y recursos muy limitados.

La selección española femenina jugó su primer partido internacional en 1963, aunque todavía lejos del nivel de las potencias europeas.

Durante los años 70 y 80 el baloncesto femenino empezó a profesionalizarse tímidamente.

Los clubes más fuertes —como Compañía de María, Picadero Jockey Club, Celta de Vigo o Costa Naranja— fomentaron la aparición de jugadoras destacadas y un aumento de la visibilidad.

En 1984, España participó por primera vez en los Juegos

Olímpicos con equipo masculino, pero el femenino tuvo que esperar todavía unos años para competir al máximo nivel internacional.

La década de los 90 marcó un punto de inflexión.

En 1992, Barcelona acogió los Juegos Olímpicos, lo que supuso un enorme impulso mediático y de inversión para todos los deportes, incluido el baloncesto femenino. En 1993, la selección alcanzó un logro histórico:

- Medalla de oro en el Eurobasket femenino, la primera gran medalla internacional del equipo. Este éxito consolidó a España como una selección poderosa en Europa.

Siglo XXI: Profesionalización y éxitos

Desde los años 2000, el baloncesto femenino español ha vivido su época más exitosa:

- Medalla de plata en el Mundial 2014.
- Medalla de plata olímpica en Río 2016.
- Medallas múltiples en Eurobaskets (oros en 2013, 2017).
- Campeonatos de Europa y del mundo en categorías inferiores.

La Liga Femenina se ha profesionalizado, la base ha crecido y clubes como Perfumerías Avenida, Ros Casares, Valencia Basket o Spar Girona han competido en Europa al máximo nivel.

Jugadoras españolas más destacadas en la historia

1. Amaya Valdemoro.

Considerada por muchos la mejor jugadora española de la historia. Tres veces campeona de la WNBA, líder de la selección durante más de una década, medallista en diferentes Europeos y Mundiales.

2. Laia Palau.

La jugadora que más veces ha vestido la camiseta de la selección. Capitana, base legendaria y gran líder. Campeona de Europa y pieza clave en la mejor etapa de España.

3. Elisa Aguilar.

Base de enorme talento y una de las responsables de la modernización del juego español. Campeona de Europa 2013 y jugadora clave en la WNBA y en grandes clubes europeos. Actualmente es la presidenta de la Federación española de baloncesto.

4. Marina Ferragut.

Pívot dominante en los años 90 y 2000. Participó en cinco Mundiales y tres Juegos Olímpicos. Una de las mejores interiores de la historia en España.

5. Nuria Martínez.

Base-escolta con gran versatilidad, jugó en la WNBA y en múltiples equipos europeos. Presente en los mejores años de la selección.

6. Marta Xargay. Una de las grandes de la generación dorada. Medallas en Europeos Mundiales y en los Juegos Olímpicos de Río 2016.

7. Anna Cruz.

Heroína del baloncesto español. Su canasta sobre la bocina contra Turquía en los Juegos de Río llevó a España a la final olímpica. Jugadora de élite en la WNBA y Europa.

8. Alba Torrens. Para muchos, la mejor jugadora española en activo de los últimos años. Ganadora de múltiples Euroligas y clave en los éxitos recientes de la selección.

9. Laura Nicholls. Una de las pívots más luchadoras y constantes. Ejemplo de entrega y pieza fundamental en la defensa del equipo nacional.

10. Sancho Lyttle. Aunque nacida en Granada, crecida deportivamente fuera y nacionalizada española, fue una estrella mundial. MVP en el Eurobasket 2013 y una de las mejores interiores de Europa.

11. Betty Cebrián. Histórica jugadora de los años 90. Fundamental en el oro del Eurobasket 1993, que cambió la historia del baloncesto femenino español.

12. Blanca Ares. Otra gran líder del equipo del oro en 1993. Destacó en España y en la NCAA estadounidense. ✓

Si quieres acercarte al baloncesto en Álava

Puedes contactar con la
Federación Alavesa de Baloncesto



ARABAKO SASKIBALOI
FEDERAZIOA

FEDERACIÓN ALAVESA
DE BALONCESTO

Contacto: 945 144 626

Correo electrónico: federacion@basketaraba.com

Web: www.basketaraba.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
berritzarazketa eskola
Escuela para la igualdad y el empoderamiento
de las mujeres de Álava

Kirol Zerbitzua
Servicio de Deporte

araba  **álava**
foru aldundia diputación foral



web.araba.eus/es/deporte