

Una puerta a la



Kron, perro guía de Serafín Zubiri, permanece atento al entrenamiento de judo.

UNA VEZ POR SEMANA, VARIOS JÓVENES DE EDUCACIÓN ESPECIAL PRACTICAN JUDO EN EL CLUB LARRABIDE DE PAMPLONA. GRACIAS A ESTE DEPORTE HAN CONSEGUIDO ABRIR UNA DE LAS 'PUERTAS' MÁS IMPORTANTES DE SUS VIDAS: LA DE LA AUTOESTIMA. HACE UNOS DÍAS, SERAFÍN ZUBIRI SE UNIÓ A ELLOS EN UNA DE SUS CLASES. FUE SU PRIMERA VEZ. TEXTO Y FOTOGRAFÍAS **IVÁN BENÍTEZ**

TRAS el saludo final y el aplauso espontáneo dedicado a Serafín Zubiri, alumno invitado en un día "especial", Adriana Azcona, de 21 años, se abalanza en los brazos de su entrenadora, y exclama: "¡Arantza, te quiero! ¡Te quiero mucho!".

Pero no nos adelantemos... Una semana antes, a las siete de

la tarde, varios jóvenes judokas entrenan separados por una cortina amarilla en el tatami del club Larrabide en Pamplona.

A un lado, se emplean con intensidad cuatro deportistas del Centro de Tecnificación. Al otro, dirigidos por Arantza Meca San Martín, entrenadora Nacional de Judo (5º Dan) y responsable de la Federación Navarra de Deportes Adaptados, lo hacen con el mis-

mo entusiasmo 11 chicos y 2 chicas con necesidades educativas especiales de edades comprendidas entre los 14 y los 30 años.

En Navarra practican judo más de 30 alumnos pertenecientes al centro de Educación Especial Isterria (Ibero) y a la Federación Navarra de Deportes Adaptados. Todos tienen tramitada su licencia federativa a través del Judo Klub Erice y están dados de

alta en la Real Federación Española de Judo. A lo largo de estos últimos años, han participado en exhibiciones, homenajes, premios (Semana del deporte de la Universidad de Navarra)... Cuando se le pregunta a Arantza el motivo de esta dedicación, responde con una elocuente sonrisa y un interrogante: "¿Y por qué no?".

Potenciar la autonomía

David González Santos, de 25 años, cinturón marrón, es el encargado de espolear y dirigir a los compañeros en el calentamiento inicial. "¡Corremos unos minutos!", anima. "Cintura. Muñecas. Flexiones. Lagartijas. Bicicleta...". Fuera del tatami, Arantza observa con atención. "El judo es

una actividad enfocada a la superación física y mental", comenta. "Como sistema de educación física es metódico, racional y progresivo. Aporta equilibrio y confianza. Mejora la autoestima, la autonomía personal y la seguridad en sí mismos", pormenoriza, exigiendo más concentración. "¡Más fuerza! ¡Vamos!". El grupo responde disciplinadamente.

"El judo crea hábitos deportivos, éticos, educativos e higiénicos para que en el futuro se desarrollen lo más autónomamente posible, contribuyendo a su bienestar físico, mental y social", afirma. "Trabajamos con el programa recomendado por la Real Federación Española de Judo y Deportes Asociados. Nos sirve de experiencia para adaptar y mejo-



Salto sobre los compañeros. Si se golpean, se disculpan.



JUDOKAS Fila superior, de izquierda a derecha: Borja Rubio, David González, Jorge Villanueva, Arantza Meca, Serafín Zubiri, Erik Mauer, Ander Echeverría, Leire Lizoain, Eduardo Robles, Silvia Arribas. Borja Rubio, David González, Jorge Villanueva, Arantza Meca, Serafín Zubiri, Erik Mauer, Ander Echeverría, Leire Lizoain, Eduardo Robles, Silvia Arribas. En la fila inferior, de izquierda a derecha: Jose Miguel Laguardía, Adriana Azcona, Joel Macho, Benjamín Rodríguez, Ion Vazquez, Iñaki Pérez del Notario, Eva Isabel Fuentes.