

# ARRAUN MUNDUA

---

**A**rrauna Euskal Herrian tradizio handiko kirola bat da.

Kirola hau oso gogorra da eta sakrifizio handia eskatzen du. Gailurrean ego-  
teko asko entrenatu beharra dago.

Arraunean hasteko edaderik politena 14 edo 15 urte izaten dira, jende gazte  
hauei arrauna nolakoa den erakusten zaie, eta ikasten doazen bezala ondo  
pasatzea esaten zaie. Edade hauetako mutilek infantil kategorian daukate eta  
entrenatzen ez aspertzeko beste klub batzuetako infantilekin egiten dituzte es-  
tropadak, horrela infantilak ez dira aspertzen eta bere buruak asko motibatzen  
dituzte. Jende gazte hauen esperantza, handiak izatean Kontxako estropadetan  
egotea izaten da, normala den bezala.

Ni infantil garaian ibili nintzenean, nere esperantzarik handiena, haundia  
izatean Kontxako estropada irabaztea izango litzateke.

Arraunlariak neguan preparazio ona hartu behar dute, bestela udaberri aldera  
estropadak iristen direnean ez zenuke behar den forma hartuko.

Infantil kategoriaren hurrengoa Kadete Kategorian heldu da 15 eta 16 urtee-  
tako gazteentzat. Kategori honetan gogorrago entrenatu beharra dago. Neguan  
Kadeteak footin egitera joaten dira 10 bat Km egunean. Asteburu guztietan  
urera ateratzen dira arraunera, eta 10 eta 15 km egiten dituzte arraunean.

Kanpoko jendearentzat, 10 edo 15 km arraunean egitea asko irudituko zaio,  
baina ez da horrela gertatzen, nibel on bat hartu nahi baduzu entrenamendu  
hauek egin behar dituzu.

Ni kategori honetan ibili nintzenean, entrenamendu hauek egitea eskatzen  
zidan entrenadoreak, eta berari esker garaipen oso garrantzitsuak eskuratu  
nituen, adibidez:

**Euskadiko Txapelketa Estropada** hau oso polita iruditu zitzaidan, zeren  
lehendabiziko aldia zen irabazten nuela.

Hasiera batetan ez genuen pentsatzen medaila bat aterako genuenik, baina  
entrenadorearekin bilera bat eduki genuen. Berak estropada irabazi genezakela  
esan zigun, guk hasiera batetan ez genion sinistu baina kaso egin genion eta  
azkenean estropada irabazi genuen.

Egun hura ez zait ahaztuko, neretzat egun espeziala izandu zen.

Hilabete bat beranduago, Estatuko txapelketa zegoen jokoan, eta guk txapel-  
keta horretara joateko pentsamendua genuen. Txapelketa hori Bartzelonako  
laku batetan ospatu zen. Toki oso polita zen, lakua zuhaitzez inguratua zegoen,  
benetan oso polita zen. Estropadako eguna iritsi zen, eta oso urduri ginen ni eta  
nire lagunak, zeren han jende asko zegoen estatu osotik joanak. Enbarkazioa



uretara bota genuen, eta irteera aldera joan ginen. Eguraldia oso ederra zegoen. Behin irteeran kokatu ginenean, juezak bere banderatxo gorria altxatu zuen eta ¡BA! esan zuenean guztiak irten ginen. Lehendabiziko metroetan oso parekatuak joan ginen. Lehendabiziko 500 metroetan ez zegoen argi nor izango zen garailea. 1.000 metro pasa genituenean gu bigarrenak joaten ginen, hirugarrenarekin oso parean. 1.500 metrotan lehendabizikoak zertxobait aurreratu ziren, baina guk burruka latza genuen hirugarrenekin. 100 m. falta zirela helmugara iristeko erritmoa igo egin genuen, iristen ari ginela lehendabizikoak 4 bat segundu atera zizkigun eta gu azkenik burruka latz horri esker bigarrenak sartu ginen eta hirugarrenak segundu batetara sartu ziren. Gu momento haietan ez genekin zer gelditu ginen bigarren edo hirugarren, tribuna aldera begiratu genuen eta entrenadorea ikusi genuen, berak bigarrenak geratu ginela esan zigun ni eta nire lagunak, nekatuak ginen baina ez zuen ajola zeren pozarekin ez genuen nekea sumatzen.

Dominak jasotzera joan ginenean oso pozik ginen, zeren lehendabiziko aldia zen arraun mundu Estatuko Zillarezko domina jasotzen genuela, egun hura neretzat oso polita izan zen eta asko kostatuko zait hura ahaztea.

Neguak latzak eta luzeak izaten dira entrenatzen baina pena merezi du.

Urte honetan gainera neri eta beste lagun bati deitu ziguten Euskadiko Selektziora joan nahi genuen, guk baietz esan genien.

Selektzio horretan Euskadiko arraunlari honentxuenak geunden. Selektzioarekin bi estropada egin behar genituen, bat Bartzelonan eta bestea Madriden. Bartzelonan 3 selektzioen kontra egin behar genuen estropada, katalandarren kontra, Akitania eta EKI-Pirineosen kontra. Lau selektzioak irteeran geunden, eta juezak irteera eman zuen. Oso ondo atera ginen, besteak atzexamarrean gelditu ziren katalandarrak ezik, haiek gure parean egin zuten estropada guztia, helmugara iristen ari ginela EKI Pirineosetakoak aboratu egin ziguten eta bi enbarkazioak trabatuak geratu ginen. Katalandarrak oso ondo aprobetxatu zuten egoera hau estropada irabazteko, gu azkenik bigarren tokiarekin konformatu izan behar genuen. Momentu horietan ni eta nire lagunak haserre biziak ginen Pirineotarrekin.





Esperientzi polita izandu zen hura eta pena bakarra katalandarrekin garai-pena ezin disputatzea izandu zen besteak aboratu zigutelako.

Madrilen ere estropada garrantzitsu bat zegoen jokuan, hara ere Euskadiko Selektzioarekin joan ginen ni eta nere laguna Ramon.

Estropada hura latza eta gogorra izandu zen, burruka handia izandu genuen katalandarrekin eta azkenean segundo terdi batengatik irabazi ziguten.

Kadete kategoria eta gero Jubenilen kategoria heldu da.

Kategori honetan 17 eta 18 urteetako jendea ibiltzen da. Entrenamenduak ere gogortzen joaten dira. Neguan 15 km egiten ditugu korrika eta asteburuetan uretan 15 edo 20 km egiten ditugu arraunean. Neguan ahal den preparazio honean hartu behar dugu zenbait egin nahi badugu.

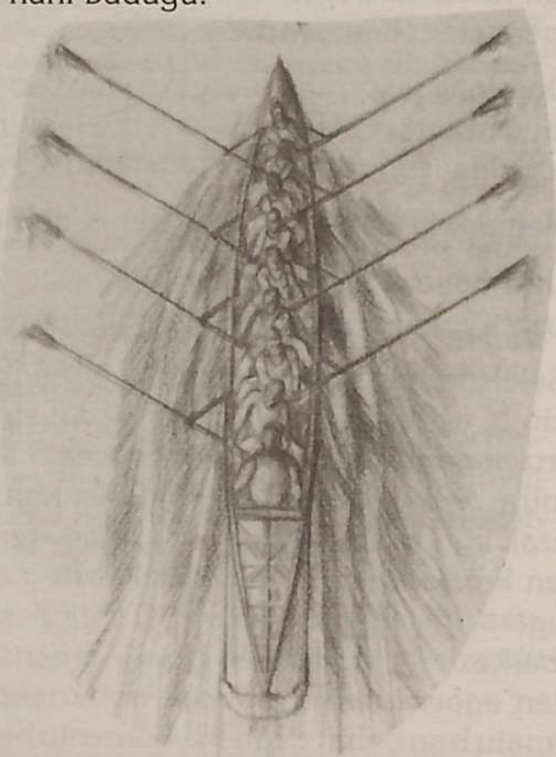
Lehenengo urtean Euskadiko Selektzioko arduradun batek deitu zidan, berarekin hitzegitera joan nintzen. Berak urte bete kontzentratua egon nahi nuen galdetu ninduen. Nik baietz esan nion, orduan ni eta beste arraunlari batzu Gasteizera kontzentratuak joan ginen urte baterako. Han bizitza normala egiten genuen, goizean 7.00etan jeikitzen ginen, gosaltzera joaten ginen eta 7,30etan eskolara joan behar genuen.

Lehendabiziko egunetan ez nuen inor ezagutzen Gasteizen baina denborarekin amastade onak egin nituen. Nere klasean jende jatorra zegoen, baita erdaldun pilo ere, bi euskaldun bakarrik zeuden, haiekin eman nuen denbora gehiena. Klaseak bukatu eta gero bazkaltzera joaten ginen, ondoren entrenatzeko arropak jantzi eta 2 ordu egunean entrenatzera joaten ginen.

Gasteizen entrenamenduak latzak izaten ziren zeren hura ez zen klub arrunta bat Selektzio bat baizik. Astean bi aldiz pesak egiten genuen, eta beste hiru egunetan uretara joaten ginen arraunera edo bestela fotin pixka bat egitera. Horrela eman nuen urte guztia gogor entrenatzen. Urte horretan ere egin nituen estropadak Madrilen.

Madrilgo laku berdinerara joan ginen arraunera, eguraldi txarra egiten zuen euria eta hotza, gu uretara joan ginen eta estropadaren irteerara hurbildu ginen, han Estatuko autonomia guztietako arraunlariak zeuden irteeran, kokaturik geunden eta irteera eman zuten.

Ondo atera ginen, estropada buru ere izandu ginen lehendabiziko 1.000 metrotaraino, gero Asturiarrak gogor ekin zioten arraunketari eta azkeneko





10m.etan pasa ziguten. Gu amorru bizian ginen zeren estropada guzian buru joan ginen eta azkeneko segunduetan irabazi zigutelako. Bigarren postua ez zegoen gaizki baina gure buruarekin haserre geunden estropada gaizki planteatu genuelako.

Hasieran indartsuegi atera ginen estropada erdiraño eta hortik aurrera indarrez nahiko justu genbiltzan, orduan Asturiarrak ondo aprobetxatu zuten gure planteamendu txarra.

Aurten Jubenil kategorian nago eta esperantzak ditut jarrita ze do zer garrantzitsu egiteko, nibela handia dago baina ekipo polita eta dexentea daukagu sorpresa on bat emateko, gure entrenadoreak gugan esperantza handiak ditu jarrita eta demostratu beharra daukagu.

Neguko entrenamenduak ia bukatzen ari zaizkigu eta laister hasiko dira estropada garrantzitsuak.

Ni arraunean nabilen jendearekin laukote polita osatzen dugu eta ondo entrenatu ezker hemendik Ekaina arte resultado onak ateratzeko esperantza daukagu.

Aurten ere burruka handia egongo da beste Arraun elkarteko arraunlariekin.

Ni oso pozik nago kirol honekin, hemen amistade asko egin ditut beste elkarteetako arraunlariekin, jende berri asko ezagutu ditut eta oso jatorrak gainera.

Nere esperantzarik handiena Senior kategorian ERREKA-N sartzea da, eta ahal diren markarik onenak egitea izango litzateke.

Traineran arrauna egitea oso gogorra da, baina ez zait ajola.

Senior kategoria arrauneko kategoria gailurrena da eta inportantzi handiena daukana da.

Kategoria honetan egunean 20 km korrika ematen dituzte eta asteburuetan beste 20 edo 25 km egiten dituzte arraunean. Benetan kategori honetan morala eta sakrifizio handia eduki behar da.

Sakrifizio hau udarako garaipenekin konpentsatzen da, baina ez da berdina gertatzen Euskadiko Elkarte guztietan berdin.

Adibidez Bizkaiko Elkarte batzuetan gogor entrenatzen dute neguan eta udaran estropadan garaian azkenekotatik ibiltzen dira, hauek bai dutela morala eta sakrifizio handia.

Abuztuan eta Irailan jokutzen dira Euskal Herrian estropadarik garrantzitsuenak. Adibidez Kontxato estropada, gehienentzat arrauneko olinpiadak dira.

Abuztuan Gipuzkoako, Euskadiko eta Estatuko trainera txapelketak izaten dira. Estropadak politak izaten dira ikusteko.

Traineruaren pisua azkeneko urteetan asko jetxi dute, hasiera batzutan ba zeuden 400-kilotako trainera baina denborarekin, eta gaur egun 200 kilotako trainerekin ibiltzen dira arraunean.

**XABIER AIARTZA SORZABAL**