

Juan carLOS arteaga



DESIGNADO PARA
LOS JJ.OO.

árBITROS

- REPRESENTANTES ESPAÑOLES EN LOS PREOLÍMPICOS
- GÓMEZ RUF Y URUÑUELA, A LAS PARAOLIMPIADAS
- ART. TÉCNICO: *“INTERFERENCIAS E INTERPOSICIONES”*
- ART. MÉDICO: *“PREVENCIÓN DE LESIONES”*
- ENTREVISTA: PACO TORRES Y JOTA CUSPINERA
- ¿QUÉ FUE DE... JAIME ANDREU?
- LOS ÁRBITROS DE LAS COPAS
- J.C. ARTEAGA Y ALFREDO ORTEGA, NUEVOS TÉCNICOS FEB
- ¡DIVIÉRTETE CON EL TRIBASKET!

Arteaga, designado para los JJ.OO. de Beijing

El árbitro internacional canario Juan Carlos Arteaga ha sido designado por FIBA para los Juegos Olímpicos de Beijing 2008. *“Nunca te imaginas cuando empiezas llegar a este punto. Con esta designación se completa la trilogía que empezó en el Mundial y continuó en el Europeo”* - afirmaba tras conocer la noticia.



Juan Carlos Arteaga

La FIBA ya ha designado los treinta árbitros que estarán en Beijing el próximo 8 de agosto para dirigir los encuentros de baloncesto de los Juegos Olímpicos. Entre ellos un español: el árbitro canario Juan Carlos Arteaga, que ya estuvo en el Mundial de Saitama 2006 y en el EuroBasket España 2007. *“Sin duda es una gran noticia. Cuando empiezas en el mundo del arbitraje, nunca te imaginas que puedes llegar hasta este punto. A medida que avanzas, las ilusiones son mayores y con esta designación se completa la trilogía que empezó en el Mundial y continuó con el Europeo”*.

“Sería feliz teniendo a España en la final y yo dirigiendo el partido por el bronce”

Eso sí, los Juegos son para Arteaga un acontecimiento especial: *“he estado en un Mundial, en un Europeo... pero los Juegos son el evento deportivo más importante. Tiene un sabor especial por todo lo que los rodea”*. Las actuaciones del canario han coincidido con momentos

especiales de la selección española y con dos finales que impiden que un árbitro español dirija el encuentro decisivo: *“no tengo ningún problema. Me apunto al partido por la medalla de bronce, si puede ser. Estoy encantado de participar en los éxitos de esta generación y de esta selección tan competitiva. Sería feliz teniendo a España en la final y yo dirigiendo el partido por el bronce”*.

Miguelo Betancor será el otro español representante en los Juegos como comisario miembro de FIBA Europa.

LISTA DE ÁRBITROS DESIGNADOS

Mohammad Al-Amiri (Kuwait)
Juan Carlos Arteaga (España)
 Heros Avenessian (Irán)
 Michael Ayles (Australia)
 Ilija Belosevic (Serbia)
 Susan Eleine Blaunich (USA)
 Romualdas Brazauskas (Lituania)
 Scout Jason Butler (Australia)
 José Anibal Carrión (Puerto Rico)
 Elena Chernova (Rusia)
 Abdelilah Chlif (Marruecos)
 Fatima Aparecida Da Silva (Brasil)
 Pablo Alberto Estévez (Argentina)
 Fabio Facchini (Italia)
 Yuji Hirahara (Japón)
 Chantal Julian (Francia)
 Carl Jungebrand (Finlandia)
 Luigi Lamonica (Italia)
 Lijun Ma (China)
 Cristiano Jesus Maranhão (Brasil)
 Reynaldo Mercedes (Rep. Dominicana)
 Abreu Muhimua (Mozambique)
 Nikolaos Pitsilkas (Grecia)
 Eddie Rush (USA)
 Stephen Seibel (Canadá)
 Petr Sudek (Eslovaquia)
 Jasmina Tatic (Serbia)
 Dawna Townsend (Canadá)
 Maogong Yang (China)
 Nikolaos Zavlanos (Grecia)

Representantes españoles en los Preolímpicos

Daniel Hierrezuelo y Miguel Ángel Pérez Pérez han sido designados por FIBA para dirigir los encuentros del Preolímpico Masculino; mientras que Vicente Bultó y Víctor Mas participarán en el Preolímpico Femenino como árbitro y supervisor arbitral respectivamente.



Vicente Bultó



Daniel Hierrezuelo



Miguel Ángel Pérez Pérez



Víctor Mas

Madrid acogerá el torneo de clasificación femenino entre el 9 y el 15 de junio, mientras que el masculino se celebrará en Atenas (Grecia) entre el 14 y el 20 de julio.

PREOLÍMPICO MASCULINO

Atenas, 14-20 Julio 2008

Delegado Técnico:

Lubomir KOTLEBA (FIBA)

Comisarios:

Kamen TOSHEV (BUL)
Nosratollah JAFARIAN (IRI)

Supervisores arbitrales:

Reuven VIROVNIK (ISR)
Stefano CAZZARO (ITA)

Árbitros:

Recep ANKARALI (TUR)
David CHAMBON (FRA)
Marc Jerald DAVIS (USA)
Ivo DOLINEK (CZE)
Carlos Renato DOS SANTOS (BRA)
Bradley Jon GIERSCHE (AUS)
Daniel HIERREZUELO (ESP)
Carlos José JULIO (ANG)
William Gene KENNEDY (USA)
Miguel PÉREZ PÉREZ (ESP)
Jorge VÁZQUEZ (PUR)
Lazaros VOREADIS (GRE)
Chun XIA (CHN)

PREOLÍMPICO FEMENINO

Madrid, 9-15 Junio 2008

Delegado Técnico:

Lubomir KOTLEBA (FIBA)

Comisarios:

Mohamad Kassem DA'ADOUCH (UAE)
Alfred DROST (GER)

Supervisores arbitrales:

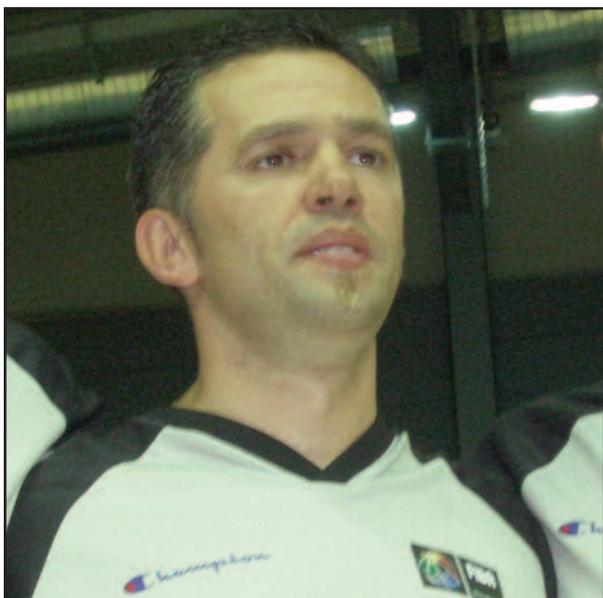
Krzysztof KORALEWSKI (POL)
Víctor MAS (ESP)

Árbitros:

Vicente BULTÓ (ESP)
Roberto CHIARI (ITA)
Srdan DOLZAI (CRO)
Nancy ETHIER (CAN)
Roberto José FERNÁNDEZ DÍAZ (CRC)
Cynthia FLOUTY (LIB)
Vitalis Odhiambo GODE (KEN)
Felicia Andrea GRINTER (USA)
Milivoje JOVCIC (SRB)
Sasa PUKL (SLO)
Américo Javier RODRÍGUEZ MOYA (VEN)
Vanessa WILLIAMS (LCA)
Jakub ZAMOJSKI (POL)

Gómez Ruf y Uruñuela, a los Juegos Paralímpicos

Los árbitros Antonia Gómez Ruf y Juan Manuel Uruñuela han sido seleccionados por la Federación Internacional de Baloncesto en Silla de Ruedas para participar en las Paraolimpiadas de Beijing 2008, que se celebrarán el próximo mes de septiembre.



Juan Manuel Uruñuela

Juan Manuel Uruñuela está cubriendo un historial difícil de igualar: tres Mundiales, una decena de Campeonatos de Europa... y ahora sus terceras Paraolimpiadas.

“Es impresionante ver la llama olímpica por tercera vez como participante, porque se siente de una manera muy diferente que cuando lo ves por la televisión” - afirma el internacional español, tras sus experiencias de Barcelona'92 y Atenas'04.

Uruñuela: “No es un premio individual, sino al trabajo colectivo”

“Estoy convencido de que todos estos éxitos están basados en un alto porcentaje en mi experiencia como árbitro de baloncesto convencional, que es donde trabajo mi dinámica y sobre todo mi disciplina” - explica el también árbitro de Zona LEB.

“No se trata de un premio individual, sino al trabajo colectivo y que me toca disfrutar. Por ello quiero dar las gracias a mis compañeros, técnicos y también a los entrenadores, pues aprendo mucho de todos ellos en cada partido” - concluye.

Antonia Gómez, por su parte, se mostraba *“muy contenta y muy ilusionada. No me lo esperaba, primero porque ninguna de las selecciones españolas se había clasificado; y segundo porque después del Mundial de 2006 y los Juegos Panamericanos de Río de Janeiro 2007, pensaba que mi cupo estaba cubierto. Hay muy pocas plazas y muchos aspirantes para ir”*.

De los 25 árbitros participantes, sólo acuden dos mujeres. Sin embargo, Antonia cuenta con una dilatada experiencia en competiciones nacionales e internacionales.

“Una Paraolimpiada es lo máximo a lo que puedes aspirar. En los grandes torneos internacionales en los que he participado he sentido algo muy especial porque comparas experiencias con otros árbitros, y conoces nuevas culturas” - reconoce Gómez Ruf.

Gómez Ruf: “Una Paraolimpiada es lo máximo a lo que puedes aspirar”

“Mientras tenga ilusión seguiré. Claro que pitando finales es más fácil continuar, pero yo sigo con la misma ilusión que cuando comenzaba” - concluye la internacional catalana.



Antonia Gómez Ruf

Paco Torres: “El nivel de los árbitros es muy bueno, acorde con la competición”

Paco Torres lleva toda su vida ligado al mundo del baloncesto, primero como entrenador, y ahora como Director de la Revista GIGANTES. En ArbitrosFEB hemos querido conocer su historia y su opinión sobre la situación actual del baloncesto nacional.

Un entrenador superior dirigiendo la revista de baloncesto más importante del país...

Hasta 1985 había trabajado como periodista, aunque en nada relacionado con el deporte. Fue entonces cuando entré a trabajar en la revista EFE y, aunque me ocupaba de temas deportivos, no tocaba nada de baloncesto. Afortunadamente, en un momento determinado de mi vida, pude combinar mis dos pasiones: el baloncesto y el periodismo. Lo malo es que tuve que dejar de entrenar...

Viendo un partido de baloncesto, ¿eres más entrenador o periodista?

Trato de ser ambas cosas, aunque siempre lo intentas ver más desde el punto de vista técnico. De todas formas, cada partido es un mundo y cada campeonato lo puedes contar desde un punto de vista diferente. A veces la pasión te puede más, por ejemplo en Japón deseas que la selección obtenga el título, y los periodistas nos dejamos llevar por las sensaciones que vivimos.

¿Con qué objetivos nace vuestra revista?

Llenar un hueco que había dejado Nuevobasket, que salía semanalmente como un periódico. En aquel momento la editorial pensó que era un buen momento, justo entre los Juegos Olímpicos de Los Ángeles y el Mundial de España. Además, hasta ese momento Madrid nunca había tenido una revista de baloncesto.

¿Cómo ha sido su evolución desde entonces?

De forma continua. Hemos ido aumentando en paginación, diversidad, calidad y oferta al lector. Creo que a lo largo de estos años hubo cuatro hitos que marcaron un antes y un después: la llegada de Petrovic a España, cuando Fernando Martín y Pau Gasol debutaron en la NBA, y el Mundial de Japón. Éste último fue un momento histórico para el baloncesto español y, por tanto, para Gigantes, que no es más que un medio que cuenta lo que está pasando.



Paco Torres, impartiendo una charla en Madrid

¿Coincides con los que afirman que estamos viviendo el momento más dulce del baloncesto español?

A mí me lo parece, no sólo por los éxitos de los chicos, sino también de las chicas, que están consiguiendo medallas y están a punto de clasificarse para los Juegos Olímpicos. Las selecciones de base están llevándose medallas desde que tienen 14 años hasta que son senior, tanto en masculino como en femenino. También es cierto que el baloncesto español tiene muy en cuenta a sus jugadores cuando pasan a la NBA, con la temporada que está haciendo Calderón, el fichaje de Gasol por los Lakers... Por abajo también vienen Rudy, Ricky y muchos jugadores capacitados para dar el salto. Hay muchos indicativos del momento dulce que estamos viviendo.

¿De qué manera enfocáis el arbitraje?

Los árbitros forman parte del espectáculo, y tratamos de ser consecuentes. En un momento dado eliminamos la puntuación que dábamos a los árbitros del mismo modo que se hacía con los jugadores, ya que antes de llegar Internet, cuando teníamos corresponsales en cada cancha, cuando perdía el equipo local los árbitros siempre se llevaban un 0.

¿Cuál es, en tu opinión, la situación del arbitraje español en el contexto internacional?

Hubo algunos que me pitaron a mí cuando yo entrenaba, como Mateo Ramos, Francisco Javier Fajardo, Pilar Landeira... pero ahora no relaciono nombres con caras, y eso es muy bueno, ya que no veo halcones y palomas, sino que son todos iguales. Los árbitros se equivocan como todos, igual que yo me equivoco al escribir, o cuando un jugador falla una bandeja... pero lo que siempre presupongo es que actúan con total y absoluta imparcialidad. Esas declaraciones de que el árbitro estaba en contra de un equipo me parecen un insulto.

Por otra parte, el nivel de los árbitros es muy bueno y está acorde con la competición que tenemos en ACB, las Adecco LEB y Ligas Femeninas. A mejor nivel de jugadores, mejor nivel arbitral.

¿Cómo surge la idea de publicar en cada número una entrevista a un árbitro que dirige Liga ACB?

Hace tiempo sólo llamábamos a los árbitros cuando había un mal rollo, y este año, cuando me invitaron al Stage de Árbitros ACB, tuvimos una charla muy distendida en la que les ofrecí aparecer en Gigantes. Se trata de trasladar en papel, semana a semana, que el árbitro es una persona, dar a conocer sus sueños, ídolos, cómo viven el baloncesto... que los lectores vean el lado humano, ponerles cara y ojos a todos ellos. Cada uno de ellos tiene su historia, una filosofía distinta, pero todos tienen un nexo común. Entiendo que esta idea beneficia tanto a los propios árbitros como al aficionado que quiere entender mejor el arbitraje.

Jota Cuspinera: “La cita de Beijing’08 me ilusiona”

El seleccionador ayudante de la Selección Española senior masculina nos cuenta cómo afronta la cita de Beijing, y hace un repaso a nuevas herramientas tecnológicas que utiliza el Área Deportiva.

Uno de los secretos del Método FEB es aprovecharse de las nuevas tecnologías existentes para la formación y seguimiento de jugadores, entrenadores y árbitros. ¿En qué proyectos estáis trabajando actualmente?

Estamos diseñando una base de datos para todo el Área Deportiva, con el objetivo de centralizar el proceso de toma de imágenes de jugadores y árbitros.

Se pueden almacenar grabaciones de un árbitro determinado indexándolas con el criterio que se crea oportuno, de modo que luego se puedan recuperar con un solo clic de ratón, sin necesidad de ir buscando en el disco duro.

Este mismo concepto se aplica al seguimiento de jugadores, introduciendo los datos tácticos e imágenes asociadas.

También ayuda mucho al desarrollo de cursos de entrenadores, en los que podemos mostrar visualmente a los alumnos el concepto que queremos que entiendan.

En las selecciones de formación y senior disponéis de una completa base de datos audiovisual, tanto de vuestros propios jugadores como de los contrarios. ¿Cómo utilizáis este material para preparar los campeonatos?

Para un entrenador sin experiencia previa con una



Jota Cuspinera

selección, es importante saber qué técnicas se han utilizado previamente con ese grupo de jugadores, cuáles han funcionado y cuáles no. Si algo funcionaba, no hace falta cambiarlo; y lo que no, con este material audiovisual sabes cómo modificarlo o erradicarlo.

En cuanto al scouting, todas las selecciones tienen un sello propio de juego: Israel, Serbia, ... y es necesario recopilar información sobre ellos para que, cuando un entrenador sin experiencia en un campeonato se enfrente con ellos, sepa desde el principio cómo afrontar los partidos.

¿El próximo mes de agosto participas por primera vez como técnico en los Juegos Olímpicos? ¿Cómo afrontas esta gran cita?

Con mucha ilusión por estar en Beijing con una selección senior, con una generación increíble, y poder compartir con ellos esta experiencia.

Pero por otro lado con cierta inquietud, ya que no es como un campeonato en España. Allí son muchos deportes, y no sabes cómo vas a obtener las imágenes, el tipo de señal de televisión, corriente, etc. Entonces tenemos que estar en un cierto estado de alerta para preveer cualquier incidencia que pueda producirse.

¿En qué consiste tu labor?

Buena parte de mi trabajo se realiza antes del Campeonato, ya que es necesario recopilar la máxima información posible de los equipos con los que jugamos la primera fase. Pero va a ser igual de intenso en Beijing, ya que habrá que capturar imágenes de los equipos con los que nos podemos cruzar. Acostarte a las tres o cuatro de la madrugada es algo normal.



Intenso verano para nuestros internacionales

Los árbitros y comisarios internacionales españoles afrontan un calendario cargado de actividades, con hasta nueve torneos internacionales, incluyendo los Juegos Olímpicos de Beijing 2008.

Es necesario reconocer el esfuerzo que realizan los árbitros y comisarios internacionales españoles, que temporada tras temporada dedican varias semanas de sus vacaciones a acompañar a nuestras selecciones nacionales en los distintos campeonatos que disputan.

Asimismo queda patente el alto nivel del arbitraje español y la confianza que inspiran, a juzgar por las importantes designaciones que reciben nuestros internacionales.



José Antonio Martín Bertrán

TORNEOS INTERNACIONALES 2008

- **Torneo de Mannheim**
Mannheim (Alemania), 22-29 marzo
- **Preolímpico Femenino**
Madrid (España), 9-15 junio
- **Europeo U18 Femenino**
Chieti (Italia), 11-20 julio
- **Europeo U16 Masculino**
Poprad (Eslovaquia), 18-27 julio
- **Europeo U20 Femenino**
Amaliada (Grecia), 25 julio - 3 agosto
- **Europeo U20 Masculino**
Riga (Letonia), 1-10 agosto
- **Juegos Olímpicos 2008**
Beijing (China), 08-24 agosto
- **Europeo U16 Femenino**
Katowice (Polonia), 8-17 agosto
- **Europeo U18 Masculino**
Chieti (Italia), 15-24 agosto

Grandes OBJETIVOS

2008 - 2012



Base de Datos de Seguimiento.

Permite registrar las jugadas más significativas de cada partido, indexándolas por árbitro y apartado, de modo que en cualquier momento se pueda disponer de un resumen audiovisual de cada árbitro, así como material para generar DVDs específicos.



Página web.

Desarrollo de la página web como forma de difusión de actividades, documentación, y promoción de la figura del árbitro.

UNIDAD DE ACCIÓN Mismos principios, y difusión de documentación.

TUTORÍAS

Tener mejores árbitros para dar un mejor servicio a las competiciones.



FEDERACIONES AUTONÓMICAS

Trabajo conjunto para potenciar la captación y el mantenimiento.



Formación.

Trabajar en la formación de árbitros de forma conjunta con las Federaciones Autonómicas.

DINAMIZAR LA FORMACIÓN

Grupos de trabajo especializados en las distintas materias que inciden en el arbitraje.

más cerca DEL OBJETIVO

10000 ÁRBITROS

Esta temporada se han registrado casi un millar de árbitros y oficiales más que en la temporada anterior, alcanzándose la cifra de **8072** en toda España.



Árbitros internacionales.

Potenciación de los árbitros españoles en el contexto internacional.



Aula Virtual.

Herramienta multidisciplinar concebida para poner a disposición de jugadores, entrenadores, árbitros y aficionados en general, toda la documentación técnica generada por expertos en cada materia.

acción tutorial

- Tratamiento individualizado
- Base de Datos. Conocimiento real del historial del árbitro
- Información transmitida. Comprobar que es interpretada correctamente por el árbitro, y establecer de forma conjunta los objetivos de la temporada.

TODOS SOMOS UN EQUIPO QUE TRABAJAMOS PARA EL BALONCESTO

OBJETIVOS:

Reglas de juego
Mecánica arbitral
Señalización
Criterio
Condición física
Psicología arbitral
Relaciones dentro y fuera de la cancha

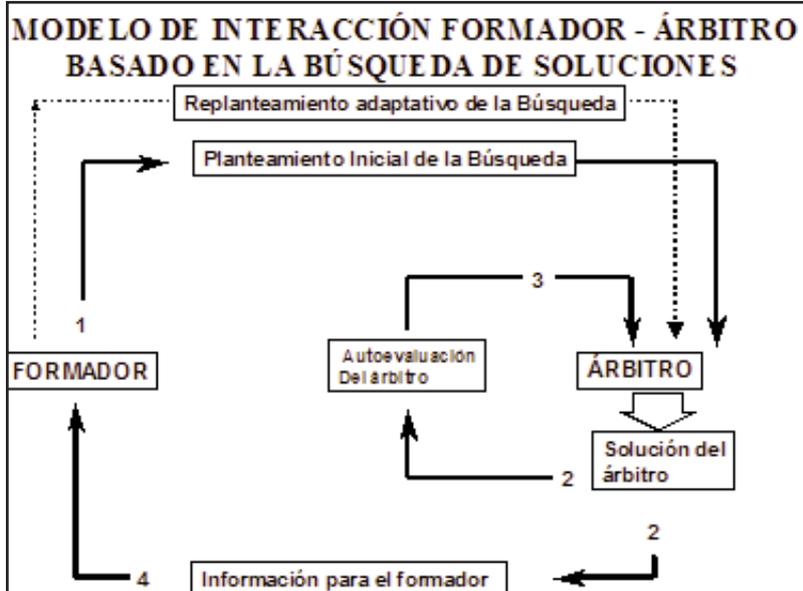


OBJETIVO FUNDAMENTAL

Aumento del conocimiento del juego y del espíritu de las reglas

PROCEDIMIENTOS

- Autoevaluación. Técnicos y árbitros ven cada DVD
- Visionado de DVDs específicos según necesidades personales
- Unificación de criterios. Visionado semanal a través de Internet de situaciones específicas.
- Confección de DVDs individuales, con las valoraciones en cada apartado con imágenes ilustrativas.



Arteaga colabora en el seguimiento en Zona LEB

El internacional canario Juan Carlos Arteaga, mundialista y próximamente olímpico en Beijing 2008, colabora desde el inicio de esta temporada en la formación de los árbitros más jóvenes de Zona LEB.

Esta temporada has asumido el rol de técnico de Zona LEB, trabajando especialmente con los árbitros más jóvenes. ¿Cómo afrontas esta nueva etapa?

Con mucha ilusión. Mi carrera deportiva siempre ha estado ligada a la formación de árbitros, ya sea a través de Campus, Escuelas de árbitros o dirigiendo técnicamente mi Comité Local.

Mi incorporación al departamento arbitral de la FEB me permitirá seguir ejerciendo esa faceta docente, además podré participar activamente en los nuevos proyectos que el Área de Árbitros FEB está poniendo en marcha para la mejora de la formación arbitral.

Estoy agradecido por darme la oportunidad de sumarme al cuerpo técnico que posee el Área de Árbitros de la FEB, que viene realizando una estupenda labor.

¿Qué esperas aportar a la formación de este grupo de árbitros?

Los conocimientos y experiencias que me ha dado una dilatada carrera arbitral. Pero sobre todo, al estar todavía en activo, una cercanía para entender sus problemas y ayudarles en su crecimiento personal.

“Lo primero que tiene que hacer un buen técnico es preocuparse por su propia formación”

Jaime Andreu afirmaba que “los informadores somos amigos, no verdugos”. ¿Es difícil para los árbitros verlo desde esa perspectiva?

En absoluto. Personalmente pienso que la visión que se puede tener de ellos, depende mucho del carácter y talante que ellos adopten, y no de una posición natural de los árbitros de rechazo.

El informador tampoco debe perseguir la amistad como uno de sus logros, debe ejercer sus funciones con un talante educador. A través de ese camino, logrará crear los lazos necesarios de respeto y consideración, fundamentales en una relación de amistad.



Juan Carlos Arteaga

¿Qué características consideras que debe tener un buen técnico o informador?

Formación personal y técnica son dos requisitos imprescindibles. No concibo un buen técnico que no domine ambas facetas.

Un buen técnico lo primero que tiene que hacer es preocuparse de su propia formación. Eso le dará seguridad en su cometido, le ayudará a transmitir sus conocimientos y le permitirá llegar al grupo con el que trabaja.

Has participado en Mundiales e importantes torneos internacionales en tres continentes, y en todos ellos has tenido técnicos siguiendo tu evolución. ¿Nunca se deja de aprender, ni siquiera a esos niveles?

El aprendizaje es algo que nunca debemos abandonar, denota dejadez, falta de interés por crecer. Hay que atesorar conocimientos, evolucionar con el tiempo y engordar la experiencia. Y todo ello, se consigue a través del aprendizaje continuo. Se deben tener ganas para aprender, eso te ayuda muchísimo en tu mejora.

La experiencia que te ofrecen precisamente estos grandes torneos es eso, poder seguir aprendiendo.

El baloncesto es un deporte que está en continua progresión, si quieres seguir esa estela debes continuar con tu formación siempre.

Además, algo que he aprendido con el tiempo: escuchando se aprende más que hablando. Por eso debemos mostrar interés por otras opiniones y comentarios.

“Escuchando se aprende más que hablando”

Alfredo Ortega se incorpora al grupo de técnicos de la FEB



Alfredo Ortega ha pasado a formar parte del equipo de técnicos de la Federación Española de Baloncesto encargados del seguimiento arbitral en Liga EBA. Ortega Morejón (Madrid, 1965) tiene una amplia experiencia en el mundo del arbitraje. Desde que comenzó con 16 años, ha pasado siete temporadas en categorías autonómicas, cuatro en Tercera División, una en Segunda División, y otra más en la antigua Primera División. En la temporada 1995/96 dio el salto a ACB, competición que ha dirigido durante once temporadas.

Estrenas el 2008 como nuevo técnico de la Federación Española de Baloncesto. ¿Cómo afrontas esta nueva etapa?

Estoy muy ilusionado, con ganas de trabajar y de integrarme rápidamente en el grupo de trabajo.

¿Qué esperas aportar a la formación del grupo de árbitros de Liga EBA?

Por una parte, intentaré aportar mi experiencia como árbitro y transmitir mis conocimientos. Por otro lado, inculcar los valores de humanidad necesarios en el arbitraje.

¿Qué características crees que debe tener un buen técnico o informador?

Creo que lo fundamental es tener una experiencia previa como árbitro, y luego saber comunicar esos conocimientos a los compañeros.

¿Qué prefieres, el informe en cancha o a través del video del partido?

Realmente entré en la FEB para trabajar sobre los

videos de los partidos, pero tras la experiencia vivida el mes pasado en los Campeonatos de España de Cáceres, entiendo que es necesario compaginar los videos con los informes en directo. En los videos sólo se puede apreciar una parte del arbitraje.

“Lo fundamental es tener experiencia como árbitro, y saber comunicar esos conocimientos”

En cierta medida, ¿esta función se asemeja al feedback que le proporcionabas a cualquier compañero cuando veas un partido suyo?

Eso es. Se trata de transmitir a los árbitros todas esas sensaciones que has vivido, para que puedan seguir mejorando.

La FEB edita un nuevo DVD de situaciones de juego



El Área de Árbitros de la Federación Española de Baloncesto ha comenzado con la difusión de su última producción audiovisual, un nuevo DVD que recoge setenta y cinco situaciones de juego con una alta calidad gráfica.

Este DVD incluye situaciones de contactos y violaciones clasificadas en trece apartados, reproduciendo cada jugada desde varios ángulos y a diferentes velocidades. Además, en cada una de ellas, se explica con claridad el criterio a aplicar.

La FEB espera que la distribución de este material audiovisual, que tendrá su continuidad próximamente con un DVD de mecánica arbitral, ayude tanto a la formación como a la unificación de criterios en árbitros de todas las categorías.

Plataforma audiovisual de formación arbitral

Desde el pasado mes de noviembre, los árbitros, técnicos e informadores FEB disponen de una nueva herramienta que permite visualizar una selección de situaciones de juego, acompañadas de una explicación del criterio a aplicar en cada una de ellas.

Las situaciones se reproducen

con claridad y rapidez a través de un servidor de streaming propio, y están clasificadas en 39 apartados, según el tipo de situación.

La FEB pretende con esta iniciativa potenciar la unificación de criterios utilizando todas las posibilidades que ofrecen las nuevas tecnologías.



Aragón y Cataluña presentan sendos DVDs de criterio arbitral

Los Comités Catalán y Aragonés han desarrollado sendos DVDs de criterio arbitral a partir de videos de las competiciones organizadas por sus propias Federaciones Autonómicas.

De esta forma, los árbitros aragoneses y catalanes disponen de una nueva herramienta audiovisual de formación, con la ventaja de que las situaciones registradas se corresponden con partidos dirigidos por ellos mismos.

El objetivo que se pretende con esta iniciativa es que estos grupos de árbitros puedan contrastar sus propias decisiones con el criterio exigido, para así poder corregir errores y mejorar.



Jaime Andreu: “*los informadores somos amigos, no verdugos*”

Jaime Andreu-Romeo compatibiliza su cargo como alto funcionario de la Comisión Europea con la formación arbitral; un mundo que le apasiona y en el que ha participado como árbitro, técnico y comisario internacional.

Háblanos de tus etapas como árbitro y técnico...

Me inicié en el arbitraje hace ahora 40 años, como "amigo" – así se nos conocía entonces – en el mini-basket. De allí al Colegio Catalán, en donde tuve suerte e hice una rápida carrera hasta llegar a 1ª División a los 23 años. Tres años en la categoría, dos como árbitro principal, y una final de la Copa del Rey (1980); mi mejor recuerdo: un Barcelona-Joventut – mi debut como árbitro principal junto con Álvaro Herrera – con un 106-104, o algo parecido, en el marcador final. Muchas anécdotas de esos años. Por ejemplo mi primer partido en 1ª División con Víctor Mas: pitamos algo así como 70 faltas y dos técnicas, y el periodista dijo que excelente arbitraje, dejando jugar.

Luego hice carrera como técnico bajo las órdenes de Ángel Sancha como mi sempiterno Presidente. También fui consejero de la ACB para cuestiones de arbitraje desde los inicios de la Liga hasta 2002. A escala internacional me inicié como comisario FIBA en 1986, el comisario más joven durante muchos años, pues lo fui a los 31 años. Muchas satisfacciones como comisario: el primer Open con la NBA en Madrid, partidos de Copa de Europa, el Mundobasket de España 86 y el Eurobasket de Girona en el 97. Instructor en varios cursos de árbitros internacionales en Europa y en África. En 1988 miembro de la Comisión Europea de Elegibilidades y desde 1992 hasta 2002 de la Comisión Técnica Europea. Tuve la suerte de haber trabajado en la introducción del arbitraje a tres, primero en España y luego en FIBA.

“Nada mejor que pitar partidos y experimentar esa sensación única de hacer equilibrismo sin red de seguridad”



Jaime Andreu-Romeo

Desde 1989 resido en Bélgica, donde sigo arbitrando en la provincia del Brabante Valón-Bruselas, trabajando siempre con gente joven.

También he colaborado con la 1ª división belga como conferenciante y como informador.

¿Qué recuerdos te vienen ahora mismo a la memoria de tu etapa como árbitro?

El recuerdo es siempre del último partido arbitrado. Cuando eres árbitro, nada mejor que pitar partidos y experimentar esa sensación única de hacer equilibrismo sin red de seguridad. Recordaría la primera temporada en segunda con Víctor Mas; mi primera temporada en primera con Pedro Hernández Cabrera; mi primer partido como internacional de mini-basket; los años que pasé en Madrid y donde arbitraba los juniors y juveniles de los grandes, una experiencia inolvidable, con una final en la que jugaban por Estudiantes – entrenado por Pepu – gente como Herreros o Azofra.

Háblanos de tu experiencia como técnico arbitral

Tuve la suerte de servir a las órdenes de Ángel Sancha, quien me dio toda su confianza para promocionar a escala internacional el arbitraje español: trabajo en plena sintonía con la Federación, que comprendió lo importante que era invertir en arbitraje. Tuve la suerte de tener muy buenas cosas que "vender", dos generaciones excepcionales de árbitros internacionales, como seguramente no se dará en mucho tiempo.

Hubo un momento en que no había final en la que, de no jugar un equipo español, había siempre un árbitro español. Ese es el mérito de ellos, grandiosos árbitros, pero creo que desde la Federación les pudimos ayudar como nunca se hizo con anterioridad. Otros recuerdos agradables fueron los referidos a la preparación con David Turner del primer manual de mecánica, la reforma en profundidad del Reglamento con Nar Zanolin, la introducción del arbitraje a tres. Humanamente, la experiencia con el baloncesto africano me abrió los ojos enormemente, no sólo como técnico, sino también como persona humana.

Creo que tuve la suerte de haber tenido un maestro excepcional en la persona de José Vallejo. Luego un presidente fuera de lo común como Ángel Sancha, y unos consejeros fuera de serie como Hernández Cabrera y Paco Santolaria. Ellos, junto a todo el personal del Comité, con Angel Luis Romero a la cabeza, fueron elementos clave para el auge de nuestro arbitraje. Pero insisto sin los Mas, Neyro, Sanchís, Fajardo, Betancor, Mitjana, Arencibia, Ramos, Monjas, Gallo y otros muchos – que me perdonen los no citados textualmente – nunca se habría llegado a donde se encuentra ahora el arbitraje español.

¿Qué cualidades ha de tener un buen informador?

Ser buena persona y ser honesto. Además, claro está de conocer el arbitraje y el baloncesto. Buena persona, porque como digo en mi artículo, somos amigos no verdugos. Es verdad que quien bien te quiere te hará llorar – y algunos árbitros podrían hablar de lo particularmente duro que fui con ellos – pero siempre orientados hacia la mejora y el progreso.

“En todas las finales había casi siempre un árbitro español”

El informador debe sufrir durante el partido como sufren los árbitros; es la mejor manera de ser luego ponderado y ecuánime en sus juicios. Recuerdo un partido de play-off (Madrid-Joventut) en el que al acabar el partido Ángel Sancha, Juan López Vicente y yo nos miramos a los ojos y estábamos los tres llorando de emoción por el excelente arbitraje que habían efectuado los colegas. Llorábamos de satisfacción y nos liberábamos de la tensión con que habíamos seguido

el partido, porque era mucho lo que se jugaba el arbitraje en dichos envites.



Actualmente se trabaja de forma muy intensa en la formación de árbitros. ¿Cómo se forman los técnicos?

Viendo partidos, abriendo las orejas a los comentarios que viene de todas partes – ese entrenador que te dice de forma espontánea, "el otro día vi a un árbitro joven que, oye, muy bien..." -, leyendo todo lo que pueda sobre arbitraje y baloncesto, viendo vídeos y leyendo algo de comunicación interpersonal, así como hablando con quienes han ejercido ya como técnicos.

¿Tu experiencia como árbitro y técnico te está ayudando en tu cargo actual?

Ser árbitro ha marcado mi vida. El arbitraje te forma en principios de justicia y equidad, de búsqueda de compromiso, de gestión de recursos humanos, de preparación física, de capacidad para adoptar decisiones difíciles en momentos comprometidos. Creo que mi experiencia arbitral me ha ayudado en toda mi carrera, primero como periodista y ahora como funcionario comu-

“Tres consejos para triunfar en la vida y en el arbitraje: tener una gran técnica, una paciencia infinita y muchísima humildad”

nitario. Cuando hablaba a los árbitros en España, les recordada los tres consejos que el gran tenor canario Alfredo Kraus daba los jóvenes tenores: tener una gran técnica, una paciencia infinita y muchísima humildad. Tres consejos para triunfar en el arbitraje y para triunfar también en cualquier orden de la vida. El arbitraje me ha dado los hermanos que no tuve en mi vida familiar; cierto, como sucede en todas las familias, las relaciones sufren altibajos, pero en los momentos difíciles siempre tuve a mi lado a alguien del arbitraje. Por ello no cambio nada en mi vida por ser árbitro.

Interferencias e interposiciones



Fernando Garzón
Técnico FEB

Hablábamos en uno de los primeros artículos técnicos de este Digital Árbitros de la acción de tiro y nos referíamos a ella como el fin último de este deporte: encestar. Y viceversa: evitar que el contrario enceste. En el baloncesto actual, no sólo la técnica, sino también el potencial físico de los jugadores, continúa mejorando. Si conjugamos ambos factores, por un lado la importancia, tanto para los atacantes como para los defensores, de los lanzamientos a cesto y, por otro, la capacidad física de los participantes, no dudamos ni un solo momento de la importancia de aplicar correctamente esta regla.

Además, debemos tener presente que en estas situaciones todos los ojos se centran en el balón, por lo que nuestra decisión nunca pasará inadvertida. Como siempre, no pretendo parafrasear únicamente lo que dice el artículo correspondiente, sino enlazar con otros aspectos implicados directamente con estas situaciones.

INTERPOSICIONES

Existen dos posibles tipos de interposición:

a) Durante un lanzamiento de campo (dos o tres puntos), se produce cuando un jugador toca un balón que se encuentra COMPLETAMENTE por encima del nivel del aro y está en trayectoria descendente hacia canasta, lo que incluye las situaciones en las que el balón ya ha tocado el tablero.

b) Durante un tiro libre se produce cuando un jugador toca el balón (en trayectoria ascendente o descendente, por algo se llama tiro libre, porque el lanzador no debe tener ninguna oposición) antes de que el balón toque el aro.

Una vez que el balón golpee en el aro o sea evidente que no tiene ninguna posibilidad de entrar en el cesto, ya no se pueden señalar interposiciones, puesto que el lanzamiento ha finalizado y las interposiciones son violaciones que se producen durante lanzamientos. ¿Pero es así siempre? No, no siempre. Con el fin de primar el juego de ataque y el espectáculo, existen dos excepciones a este principio: aunque el balón haya tocado el aro, ningún jugador podrá tocar el balón si con anterioridad ha sonado la señal de fin de período o el silbato del árbitro, lo que se ha venido llamando, 'dejar morir el balón'.

Siguiente paso, ¿quién puede cometer una interposición? Tanto un atacante como un defensor. Un atacante comete una interposición cuando toca, palmea o agarra un balón que se encuentra por encima del nivel del aro en trayectoria descendente durante un lanzamiento a canasta. Entonces, ¿es ilegal el alley oop? No. El alley oop no es un lanzamiento a canasta, sino un pase por encima del nivel del aro y, como hemos dicho antes, las interposiciones se cometen durante lanzamientos, no pases.





INTERFERENCIAS

Las interferencias son aún más comunes en todas las categorías del baloncesto, por lo que es más necesario aún, si cabe, dominar la regla y estar preparado en todo momento para decidir. Además, son varios los factores que entran en juego a la hora de valorar estas acciones, por lo que si no tenemos las ideas bien claras, difícil será acertar, si no es por suerte.

Las interferencias pueden producirse por acciones ilegales de un defensor, de un atacante o de cualquier jugador durante un lanzamiento de campo o durante un tiro libre.

LANZAMIENTO DE CAMPO

a) Un JUGADOR (atacante o defensor) comete una interferencia cuando toca la canasta (aro o red) o el tablero mientras el balón está en contacto con el aro.

b) Un JUGADOR (atacante o defensor) comete una interferencia cuando mete la mano por debajo de la canasta y toca el balón, que está en el aire como consecuencia de un LANZAMIENTO, no de un pase.

c) Un DEFENSOR comete una interferencia cuando toca el balón o la canasta (aro o red) mientras el balón está dentro del cesto e impide que lo atraviese.

d) Un DEFENSOR comete una interferencia si hace que el tablero o el aro vibren de manera que un balón con

posibilidades de entrar en el cesto termine no entrando. Si el balón no tiene posibilidad alguna de entrar, el lanzamiento ha finalizado y, por tanto, no puede producirse una interferencia.

e) Un ATACANTE comete una interferencia si hace que el tablero o el aro vibren mientras el balón aún tiene posibilidades de entrar en el cesto.

TIRO LIBRE

a) Un JUGADOR (atacante o defensor) comete una interferencia durante un tiro libre que debe ser seguido por otro(s) tiro(s) libre(s) si toca el balón, la canasta (aro o red) o el tablero mientras el balón aún tiene la posibilidad de entrar en la canasta.

b) Un JUGADOR (atacante o defensor) comete una interferencia durante el último o único tiro libre si toca la canasta (aro o red) o el tablero mientras el balón está en contacto con el aro.

c) Un JUGADOR (atacante o defensor) mete la mano por debajo de la canasta y toca el balón.

d) Un DEFENSOR comete una interferencia durante el último o único tiro libre, y mientras el balón aún puede entrar en el cesto después de haber tocado el aro, si hace que el aro o el tablero vibren de manera que un balón con posibilidades de entrar en el cesto termine no entrando.

e) Un ATACANTE comete una interferencia durante el último o único tiro libre, y mientras el balón aún puede entrar en el cesto después de haber tocado el aro, si hace que el aro o el tablero vibren mientras el balón aún tiene posibilidades de entrar en el cesto.



PENALIZACIÓN

Si la violación (interposición o interferencia) la comete un atacante (sea un lanzamiento de campo o un tiro libre), se concede el balón al equipo contrario para que efectúe un saque de lateral a la altura de la línea de tiros libres.

Si la violación (interposición o interferencia) la comete un jugador defensor durante un tiro de campo, se considerará que el lanzamiento ha tenido éxito y se concederán los puntos correspondientes: dos o tres. Importante matiz por dos causas:

a) Los puntos concedidos dependen del lugar desde donde se efectuó el lanzamiento. Un ejemplo esclarecedor: un atacante efectúa un lanzamiento desde la zona de tres puntos y es objeto de falta. El balón golpea en el aro y un defensor lo toca cuando aún tiene posibilidad de entrar. Se concederán tres puntos y un tiro libre adicional, pues el balón cambia de estado durante un lanzamiento cuando, tras golpear en el aro, es tocado LEGALMENTE por un jugador. En este caso, el toque es ILEGAL, por lo que mantiene su estado: tres puntos.

b) En estas situaciones, aunque se trata de una violación, prevalece la canasta válida. Por tanto, el árbitro NO ha de tocar el balón antes del saque y las situaciones de sustitución y tiempo muerto son idénticas a como serían si no se hubiese señalado ninguna violación. Es decir, sólo se puede conceder tiempo muerto al equipo que ha recibido la canasta y sólo podrían concederse sustituciones al equipo que recibe la canasta si quedan menos de dos minutos del último período o de cualquier período extra. Así lo interpreta FIBA.

Si la violación (interposición o interferencia) la comete un defensor durante tiros libres, también hay dos opciones:

a) Si se trata de un tiro libre que debe ser seguido por otro, se concede únicamente UN punto.

b) Si se trata del último o único tiro libre, además del punto, se sancionará una falta técnica al defensor.

MECÁNICA

El principal responsable de valorar estas situaciones, como es lógico, es el árbitro de cola, que se encarga de controlar y validar los cestos conseguidos. Por tanto, ha de estar siempre concentrado y preparado para decidir, a veces en situaciones al límite. El más mínimo desparpajo, falta de concentración o duda sobre la regla, puede provocar un error fatal, extremo si se produce en los instantes finales de un partido igualado.

Sin embargo, hay algunas excepciones puntuales en el control de estas acciones, también como consecuencia de aplicar la lógica:



a) Si estas situaciones se producen en un contra-ataque, cuando el árbitro que efectúa la transición a cola se encuentra muy alejado de su posición como consecuencia de la rapidez de la transición, será el árbitro que llega a cabeza, que normalmente no consigue llegar antes a la línea de fondo y retrasa su posición para ver los espacios entre los jugadores, quien decida.

b) Cuando en el inicio de la transición, sin presión, el equipo defensor consigue recuperar el balón y rápidamente lanza o penetra a cesto, el árbitro de cola también puede encontrarse demasiado lejos, por lo que el árbitro de cabeza deberá decidir.

c) En caso de que el árbitro de cabeza sancione una falta en acción de tiro o en acción continuada, lo normal es que continúe controlando la trayectoria del balón y pueda decidir en caso de producirse una interposición o una interferencia. No obstante, el árbitro de cola ha de estar preparado para apoyar y ayudar a su compañero si, por cualquier razón, no se percata de la violación. Una vez más, el contacto visual y la comunicación entre ambos árbitros es fundamental.

Zona de dudas

Cada vez son más los lectores que nos envían sus preguntas sobre aspectos técnicos, en base a situaciones de juego que han vivido en una cancha de baloncesto. Víctor Mas y Fernando Garzón, técnicos de Zona LEB, exponen a continuación la solución a estas situaciones, con el objetivo de que sirva, no sólo para quienes formularon las preguntas, sino también para todos aquellos lectores con la misma duda.



Víctor Mas

[1] A5 recibe el balón en la zona, lo lanza contra el tablero y comienza a correr para coger el rebote, bota dos veces y lanza a canasta. Sin embargo, el árbitro anula la canasta y sanciona doble regate. ¿Ha actuado correctamente?

Lanzar el balón intencionadamente contra el tablero (sin intentar un lanzamiento legítimo a cesto) se considera regate. En este caso, en el que el jugador no había iniciado un regate antes de lanzar el balón contra tablero, si vuelve a cogerlo antes de que el balón toque a otro jugador, y el árbitro considera que es algo intencionado, sólo podrá lanzar a cesto o pasarlo, no volver a botar. (Interpretaciones oficiales FIBA 1-octubre-2006).



Fernando Garzón

[2] Un jugador al que se le sancionan dos faltas antideportivas, es inmediatamente descalificado del encuentro... ¿pero hay que reflejarlo al dorso del acta, al igual que cuando es descalificado directamente? ¿Y un entrenador con dos faltas técnicas?

En ninguno de los dos casos debe redactarse informe ni retirarse la licencia a menos que su conducta se haga merecedora de ello (Reglamento General y de Competiciones Artículo 124).

[3] Dos jugadores del mismo equipo que se faltan al respeto mutuamente durante un encuentro... ¿deben ser sancionados? En ese caso, ¿con una o con dos faltas técnicas?

Este tipo de situaciones no vienen recogidas explícitamente en las Reglas de Juego, pues se trata de casos que en muy rara vez se producen. En estas situaciones el árbitro ha de aplicar su sentido común y no precipitarse, pues en la mayor parte de los casos, será el propio entrenador del equipo el que adopte las medidas necesarias para atajar este comportamiento irregular de sus jugadores.



[4] Mi pregunta es si una falta técnica se puede rectificar, me explico. En una situación de juego, un jugador del equipo "A" se dirige a otro del equipo contrario "B" con una palabra que el árbitro considera despectiva. Tras sancionar una falta técnica, los dos jugadores aseguran al árbitro que esa palabra despectiva es realmente el apodo del jugador del equipo "B", y ambos equipos solicitan que rectifique esa decisión, ya que se debe a un mal entendido. ¿Puede hacerlo?

Si el árbitro se percatara de que su decisión disciplinaria ha sido un error o un malentendido, podrá rectificar y el juego se reanudará desde el momento y lugar en que se encontraba cuando se adoptó dicha sanción. No obstante, hay que recordar que para adoptar una medida disciplinaria el árbitro ha de estar plenamente seguro de la acción que considera merecedora de dicha sanción y nunca interpretar las palabras o hechos.

[5] El árbitro sanciona falta a B5 y dictamina que el lanzador es A4. Después de convertir el primer tiro libre, los árbitros se dan cuenta de que el lanzador debía ser A6. ¿Cómo han de actuar para corregir esta situación?

El reglamento recoge la situación en la que un equipo voluntariamente y con desconocimiento de los árbitros cambia al lanzador de tiros libres, con su penalización correspondiente. Sin embargo, en esta situación es el árbitro quien indica claramente quién es el lanzador, por lo que no debería rectificarse esta decisión. La cuestión principal es que no debemos preocuparnos tanto por buscar soluciones a estas situaciones poco frecuentes sino emplear nuestro esfuerzo en procurar que no ocurran, prestando siempre la atención necesaria al control del juego en todos sus aspectos.



Prevención de lesiones en el arbitraje



El árbitro de baloncesto es un deportista al mismo nivel que los jugadores. A veces, la visión estática que damos en los campos de juego, especialmente en los 20 minutos previos al inicio del encuentro, dan a entender que no precisamos una preparación física especial para dirigir el partido.

Lluís Guirao Cano

*Médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación
Profesor Escuela de Medicina del Deporte (Univ. Barcelona)
Árbitro de la liga A.C.B. e Internacional*

Pero la realidad es muy distinta. Cada temporada el número de lesiones de los árbitros de baloncesto es alta, si tenemos en cuenta las que se producen durante los partidos y durante los entrenamientos. La rapidez del juego actual, nuestra mecánica de arbitraje (tanto de 2 como de 3) y el tiempo de espera previo al inicio del partido nos predisponen a padecer lesiones.

Como veremos mas adelante, el momento en que se produce la lesión puede ser indicativo de la causa de la misma. Así, no es lo mismo una lesión durante los 3 minutos del primer cuarto que en los 3 minutos finales. Según el causante de dicha lesión, el tratamiento y la prevención serán diferentes.

En este artículo nos vamos a centrar en las lesiones agudas, dejando las crónicas o por sobrecarga de lado. Dentro de las lesiones agudas, las principales van a ser:

- A. Lesiones musculares
- B. Lesiones ligamentosas
- C. Lesiones óseas

A. Lesiones musculares.

Las podemos dividir en:

- Benignas (sin lesión anatómica): contracturas y elongación.
- Severas o graves (con lesión anatómica): hematoma muscular, rotura fibrilar, rotura muscular parcial y total.

B. Lesiones ligamentosas.

Se pueden dividir en:

- Distensiones
- Rotura parcial
- Rotura total

C. Lesiones óseas.

- Fractura por estrés
- Periostitis

“La rapidez del juego actual, nuestra mecánica de arbitraje y el tiempo de espera previo al inicio del partido nos predisponen a padecer lesiones”

En la prevención de lesiones deberemos tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- Exámen médico.

Una persona que inicia una práctica deportiva por primera vez debe realizar un examen médico para descartar cualquier patología del aparato locomotor o cardiovascular que le contraindiquen dicha práctica. Se deben analizar las características del deporte en concreto y ver si se adaptan a las características del deportista.

- Preparación física.

Debemos realizar una preparación rigurosa y específica en la pretemporada y seguir durante la temporada con una preparación mas dirigida al deporte que estamos realizando. Se debe obtener un buen fondo físico general y trabajar especialmente los gestos más habituales que se realizan en el partido (como los desplazamientos laterales).

- Calentamiento previo al inicio del partido.

Los beneficios son innumerables: reducen el riesgo de lesiones, aumentan la flexibilidad del músculo, facilita la recuperación después del esfuerzo, etc. Para que el calentamiento sea efectivo, al menos debemos emplear de 20 a 30 minutos. Se dividen en una parte general (correr por ejemplo) y otra específica (estiramiento de los grupos musculares mas predispuestos a lesión en un árbitro: gemelos, soleo, isquiotibiales y aductores). A mayor edad, más tiempo debemos emplear en el calentamiento. Tras el partido, también será obligatorio realizar estiramientos.

- Equipamiento técnico.

El punto más importante son las zapatillas. Debemos utilizar zapatillas de baloncesto, no deportivas negras que se asemejen. Una causa importante de lesión es el uso de un calzado en una superficie que no es la adecuada. También nos pueden ayudar a prevenir lesiones los calentadores de aductores o los calcetines largos con refuerzos en la parte posterior.

- Hidratación y alimentación.

Como deportistas que somos, debemos realizar una buena hidratación (beber agua o bebidas isotónicas) y alimentación (especialmente después del partido) para recuperar la energía gastada.

Descuidar estos dos aspectos nos van a predisponer a sufrir lesiones, especialmente musculares.

- Potenciación o estiramientos de las zonas más predispuestas a las lesiones.

Una persona con problemas en la rodilla conocidos como dolor anterior o meniscopatias, deberán realizar a diario ejercicios de fortalecimiento del cuadriceps y otro árbitro con problemas de tendinopatía de Aquiles, deberá realizar estiramiento de dicho tendón.

- Reposo.

Es muy importante, tras una actividad física intensa, descansar. Si no damos descanso al cuerpo, no dejamos que las micro roturas fibrilares que a menudo tenemos (agujetas), se puedan recuperar.

Estos consejos nos van a ayudar a reducir el número de lesiones que cada temporada padecemos. Hemos de tener en cuenta que, por ejemplo, una lesión muscular precisará de 3 a 5 semanas para su completa recuperación. Si podemos prevenir este tipo de lesiones con un buen calentamiento previo y con estiramientos al final, junto con una buena alimentación – hidratación y descanso posterior no tendremos que estar casi un mes a la espera de la recuperación.



Enrique Madrid sufre una importante lesión de menisco



El colegiado valenciano Enrique Madrid sufrió una grave lesión el pasado día 22 de diciembre, mientras dirigía el encuentro Rivas Futura – Gran Canaria, correspondiente a la décima jornada de Liga Femenina. Hemos querido hablar con él para saber cómo se encuentra, y desearle una pronta recuperación.

- ¿Para cuánto tiempo te han dicho que tienes?

Todavía noto la pierna floja y sin estabilidad, pero hasta que comience con la rehabilitación es difícil saber el tiempo que me llevará recuperarme. Evidentemente, me gustaría que fuera el mínimo posible.

- ¿Cómo reaccionó la gente tras producirse tu lesión?

Enseguida me atendieron muy bien los servicios médicos del Rivas Futura. Escribí un correo electrónico al club, pero me gustaría agradecer también desde aquí a sus responsables por su atención y preocupación, así como a mi compañero José María Pérez Redondo, que además tuvo que dirigir sólo el resto del partido. También quiero dar las gracias a los responsables arbitrales y a todos los compañeros que se han interesado por mí estos días.

- En primer lugar, ¿cómo te encuentras tras sufrir este desgraciada lesión?

Me operaron el jueves y me quitaron el ligamento interno, que era lo que al parecer se me había roto. Los ligamentos cruzados afortunadamente están fuertes. Tras estar todo este tiempo con la pierna en alto, por fin me han quitado el vendaje y ya puedo apoyarla y empezar a caminar.



Cardús, encantada con su retorno a las canchas

Reconoce haber pasado unos meses muy duros, pero nuestra árbitro internacional ha vuelto el mes de noviembre a las canchas europeas, dejando atrás la lesión de rodilla que le impidió participar en el Mundial U19 de Moscú.

"Mi vuelta a Euroliga la he vivido con mucha ilusión. Para mí fue muy duro renunciar al Mundial por lo que representaba a nivel personal, pero como veía que no podía llegar en óptimas condiciones, creo que tomé la mejor decisión" – asegura Cardús.

Respetando el plazo completo de recuperación, ha evitado las frecuentes recaídas que acompañan estas lesiones, lo cual "recompensa el esfuerzo de la rehabilitación". "La operación fue muy bien, pero la recu-

ración depende de la fisonomía de cada uno. A mí me dijeron que me llevaría unos seis meses, y ahora estoy perfectamente" – explica la árbitro catalana.

Sin embargo, Ana Cardús reconoce haber echado mucho de menos el silbato hasta su retorno en Suiza para un partido de ULEB Cup. "Son muchos meses sin arbitrar, muchos partidos que no he podido dirigir, pero he preferido aguantar para evitar complicaciones" – concluye.

Los árbitros de las Copas

Un total de veintitrés árbitros de Zona LEB participan durante los meses de enero y febrero en las cuatro Copas. Zaragoza, Palencia y Vigo acogieron la Copa Príncipe de Asturias, Adecco LEB Plata y Bronce respectivamente; mientras que Sevilla será la sede de la Copa de la Reina.



Rubén Sánchez, en la Copa Príncipe de Asturias

Rubén Sánchez Mohedas (Comité Vasco) nos cuenta su experiencia tras participar por primera vez en la Copa Príncipe de Asturias. En los siete años que lleva en competiciones FEB, ha sido designado tres veces para la Copa de la Reina y otra para la antigua Copa Adecco LEB-2.

¿Cómo has vivido la experiencia de la Copa Príncipe de Asturias?

Estoy muy contento y satisfecho por mi participación en la Copa Príncipe. Reúne a los mejores equipos de la primera vuelta en la Adecco LEB Oro, y nosotros también tenemos que trabajar mucho en la liga regular para estar ahí, al igual que ocurre con los play-off.

LISTA DE ÁRBITROS PARTICIPANTES

XVI Copa Príncipe de Asturias

Zaragoza, 25-26 de enero

- RIAL BARREIRO, Jacobo (GAL)
- SANCHEZ MARTIN, Raul (MAD)
- SANCHEZ MOHEDAS, Rubén (VAS)
- TORTELLA MUNS, Marc (CAT)
- ZAFRA GUERRA, Francisco José (VAL)

XLVI Copa S.M. La Reina

Sevilla, 17-19 de febrero

- AFONSO CASTILLO, Fco. Javier (CNR)
- BRAVO LOROÑO, Fco. Javier (VAS)
- CALATRAVA CUEVAS, Fernando (VAL)
- CARPALLO MIGUELEZ, Juan Gabriel (CYL)
- GONZALEZ ZUMAJO, Ángel (MAD)
- MORALES RUIZ, Germán (AND)
- PAGAN BARO, José Antonio (CAT)
- SOUTO FARTO, Juan Carlos (GAL)

VIII Copa Adecco LEB Plata

Palencia, 1-2 de febrero

- ALBACETE CHAMON, Ángel (CLM)
- BEY SILVA, Rafael (AND)
- GONZALEZ CUERVO, Juan Fco. (CYL)
- PLA GIMENEZ, Josep (CAT)
- MARTÍNEZ PRADA, Jesús (AST)

I Copa Adecco LEB Bronce

Vigo, 8-9 de febrero

- LOPEZ CORDOBA, José Luis (MAD)
- OLVERA ALGUACIL, Ernesto (CAT)
- PERERA GIMENEZ, Alberto (VAL)
- PLANELLS CAICEDO, David (CNR)
- SANCHEZ BAU, Miguel Ángel (CAT)

¿Y después de los partidos?

Cuando hay alguna jugada interesante, vemos con los técnicos el DVD del partido. No es necesario un trabajo técnico más específico, ya que el criterio a aplicar es el mismo que en la liga regular, y las directrices ya están dadas desde el comienzo de la temporada.

¿Cómo encuentras el ritmo de competición de la Adecco LEB Oro esta temporada?

Ha crecido bastante. Antes los equipos fuertes no solían cerrar sus plantillas hasta febrero, pero esta temporada tienen perfilada una plantilla preparada para ascender a ACB desde la primera jornada.

Cáceres acogió los Campeonatos de España

Un total de cincuenta y seis árbitros se dieron cita en Cáceres para dirigir los encuentros correspondientes a los Campeonatos de España de Selecciones Autonómicas Infantil y Cadete, que se celebraron entre el 3 y el 8 de enero.



Árbitros y técnicos participantes, con D. Ramón Granados

Estas competiciones, organizadas por el Consejo Superior de Deportes, contaron un año más con la participación de los árbitros de Liga EBA y autonómicos designados por sus respectivos Comités Territoriales.

Para su seguimiento individualizado, se desplazaron hasta Cáceres un equipo de técnicos de la Federación Española de

Baloncesto, que se distribuyeron entre las distintas canchas.

Asimismo se trabajó en la grabación y edición digital de encuentros, con la finalidad de que las jugadas representativas de cada arbitraje pasaran a formar parte de la base de datos de seguimiento arbitral FEB, que ya supera las dos mil situaciones de juego registradas esta temporada, sólo en Liga EBA y LEB Bronce.



Árbitros antes de un partido en Cáceres

ARBITROS PARTICIPANTES:

- Sergio Córdoba Castejón (AND)
- Daniel Pérez Luque (AND)
- Ángel Valdenebro García (AND)
- Hernán Wallach Grumbaun (AND)
- Rubén Estévez Miguel (ARA)
- Juan José Cubero Peralta (ARA)
- Fernando Martínez Estopiñán (ARA)
- David Insa Noriega (AST)
- Pablo Palacios Puente (AST)
- Rubén González Suárez (AST)
- Pedro Casado Delgado (BAL)
- Carlos Campos Belmonte (BAL)
- Juan Carlos Pardo Saillard (BAL)
- Eduardo Aguiar Castellanos (CNR)
- Jonay del Castillo Marrero (CNR)
- Néstor Expósito Falero (CNR)
- Alejandro Moreno Ceballos (CTB)
- Jesús Vélez Soba (CTB)
- Martí Dalmasas Batllori (CAT)
- David Hernández Prims (CAT)
- Josep M^a Olivares Bernabeu (CAT)
- Pedro Aguado Muñoz (CYL)
- Eduardo Arranz Núñez (CYL)
- Francisco José Rodríguez Pérez (CYL)
- Jorge Baeza Gozalo (CYL)
- Federico Rodríguez Fuentes (CLM)
- José Piedras Urbina (CLM)
- Mario Guijarro López (CLM)
- David Burgos Tejero (CLM)
- Juan F. Alcántara Nieto (EXT)
- José I. Baena Balamero (EXT)
- Esperanza M^a Mendoza Holgado (EXT)
- Raúl Aguilera Mellado (EXT)
- Juan Bosco Casal Rodríguez (GAL)
- David Posada Rouco (GAL)
- Francisco Huete Salcedo (GAL)
- Santiago Fajardo Panizo (MAD)
- Javier Pinilla Arbex (MAD)
- Rafael Serrano Velázquez (MAD)
- Israel Chacón Blázquez (MAD)
- Luis Alberto Fernández Alfaro (MEL)
- Juan Martínez Benedicto (MUR)
- José Ricardo Pastor Soriano (MUR)
- Salvador Esteve Lisón (MUR)
- Raúl Rubio Bellostas (NAV)
- Jesús Marcos Gómez (NAV)
- Miguel Villafranca Inaga (NAV)
- Francisco J. Rodríguez Carazo (RIO)
- José L. Muñoz Merenciano (VAL)
- Pedro Huertas Galán (VAL)
- Alberto Forero Rosillo (VAL)
- Federico Madrid Sabater (VAL)
- José López Díaz de Garayo (VAS)
- Gorka García Balzategui (VAS)
- Jon Martínez Totoricagüena (VAS)
- Rubén Vázquez Rubio (VAS)

Nueva concentración del Circuito Sub'20

Entre el 17 y el 19 de febrero se celebra la tercera concentración del Circuito Sub'20 ACB/FEB, que será dirigida por un total de 33 árbitros con el apoyo de seis técnicos, uno por cada sede.

Las Palmas, Madrid y Zaragoza acogen los encuentros de la Serie "A", mientras que la Serie "B" se disputa en Valencia, Tenerife y León. En cada una de estas sedes, los aficionados al baloncesto podrán disfrutar del juego de algunas de las mejores canteras del país.



Homenajean a Mateo Ramos rebautizando una calle en el pueblo donde nació

La población toledana de San Bartolomé de las Abiertas ha rendido un merecido homenaje al ex-árbitro internacional Mateo Ramos, al poner su nombre a la calle en la que nació hace 52 años.



Para Ramos de la Nava **"ha sido un acto muy emotivo, ya que es un reconocimiento que me hacen mis paisanos de San Bartolomé de las Abiertas, por mi dedicación al arbitraje, como árbitro y como Director Técnico del Departamento de Arbitraje de la ACB"**.



Al acto asistieron el Vicepresidente Primero del Gobierno de Castilla - La Mancha, Fernando Lamata; el Viceconsejero de Deportes, Javier Martín del Burgo; así como el Alcalde y miembros de la Corporación Municipal de la localidad; además de muchos vecinos, familiares y amigos.

"Para mí es un gran honor que me hayan concedido este reconocimiento público, como es el poner mi nombre a la calle en la que nací, y me siento muy orgulloso por este motivo" - declaraba Mateo Ramos.

árBITROS PARTICIPANTES

SERIE "A": 17-19 FEBRERO 2008

Sede Gran Canaria

Alberto FRAILE CARRASCO (MAD)
Álvaro LÓPEZ LUIS (VAS)
Xavier MILLERA MAS (CAT)
Ángel ALBACETE CHAMÓN (CLM)
Antonio ZAMORA RODRÍGUEZ (VAL)
Juan C. RODRÍGUEZ DE RADA (CNR)
TÉCNICO: Pedro ROCÍO

Sede Real Madrid

Juan P. MORALES G^o ALCAIDE (MAD)
Juan F. GONZÁLEZ CUERVO (CYL)
J. M. TERREROS SAN MIGUEL (RIO)
Francisco MARÍN RODRÍGUEZ (CAT)
David GUILLÁN RIVEIRO (GAL)
José M. VALLE IGLESIAS (MAD)
TÉCNICO: Vicente SANCHÍS

Sede CAI Zaragoza

Susana GÓMEZ LÓPEZ (MUR)
Marta HERNANDO PRIOR (CAT)
Clemente LÓPEZ MARTÍNEZ (CAT)
José VÁZQUZ GARCÍA (CAT)
Jacobo RIAL BARREIRO (GAL)
Javier BENÉITEZ RODRÍGUEZ (CYL)
TÉCNICO: Fernando GARZÓN

SERIE "B": 17-19 FEBRERO 2008

Sede Pamesa Valencia

Mauricio MARTÍN VEGA (AND)
Francisco PLAZA URRUTIA (BAL)
J. R.. MARTÍNEZ RODRÍGUEZ (VAL)
Jon PÉREZ BERMEJO (VAS)
Daniel ALDAZ ESCUDERO (NAV)
TÉCNICO: José GALERÓN

Sede Unelco Tenerife

Lus CLEMENTE GARCÍA (GAL)
David PLANELLS CAICEDO (CNR)
Francisco RASTROLLO GARCÍA (EXT)
Jordi SOLER ÁLVAREZ (CAT)
Jorge GONZÁLEZ ESCOBAR (CYL)
TÉCNICO: Victor MAS

Sede León

Raúl ALONSO MORÁN (CTB)
Roberto GONZÁLEZ CRESPO (VAS)
Esteban POMBO MARTÍN (AST)
Alejandro GONZÁLEZ ARTIME (AST)
F. J. MARTÍNEZ SÁNCHEZ (CTB)
TÉCNICO: Jesús COLOMO

¡Diviértete con el TRIBASKET!

“El Tribasket es un nuevo concepto que revolucionará el baloncesto, poniéndolo al alcance de todos y resaltando su lado más divertido” - destaca José Luis Sáez, presidente de la FEB.

¿Qué es el Tribasket?

Se trata de tres modalidades en formato de competición: TIRO, HABILIDAD y JUEGO. En cada una de ellas se premian las cualidades individuales para encontrar a los campeones de España, los chicos y chicas más habilidosos en los distintos aspectos claves para ser unos buenos jugadores de baloncesto.

¿Quién puede participar?

La competición está abierta a todos aquellos chicos y chicas que sean menores de 18 años. No hace falta que estén en ningún club ni tener experiencia previa como jugador.

También pueden acceder todos los árbitros jóvenes que deseen demostrar sus habilidades en el deporte que les apasiona.



¡Entra en contacto con el arbitraje!

Otro de los objetivos del TRIBASKET consiste en acercar el mundo del arbitraje a los participantes, ya que no deja de ser otra forma más de disfrutar del baloncesto.

Fases del programa

Puedes inscribirte hasta el 29 de febrero en www.clubfeb.com. Durante los meses de marzo y abril se desarrolla la fase local, en la que cada Federación establece sus formatos y sistemas de selección. Ésta se desarrollará en colaboración con los centros escolares, clubes e instituciones deportivas locales.

En mayo de 2008, cada Federación organizará una fase autonómica para seleccionar a los mejores de cada categoría y modalidad, que les representarán en el Campeonato de España.

Por último, la Fase Final reunirá en junio a los mejores de cada modalidad de las 19 comunidades autónomas. Se celebrará durante un fin de semana bajo la organización directa de la Federación Española de Baloncesto, que además instalará un área lúdica y de entretenimiento.

Inscríbete hasta el 29 de febrero en www.clubfeb.com

Premios

Seguramente no haya mejor premio que divertirse con el deporte que te gusta y conocer a un montón de chicos y chicas que comparten tu pasión... Pero además, los ganadores recibirán una copa de Campeón de España, material deportivo de la Selección Española, y una beca para un campus de tecnificación con las grandes estrellas del baloncesto.



ayúdanos a seguir creciendo, hazte árbitro

ARBITROS.FEB.ES, TU PÁGINA DE ACTUALIDAD ARBITRAL



A través del sitio web <http://arbitros.feb.es> puedes acceder de forma rápida a todos los contenidos relacionados con el arbitraje.

Desde ahí tienes la posibilidad de **suscribirte automáticamente a ArbitrosFEB Digital**. Para ello solo tienes que pulsar en el banner situado en el margen derecho, e introducir tu nombre y correo electrónico. A continuación recibirás un e-mail en el que se te solicita que pulses en un link para confirmar tu suscripción... **¡Y listo!** Recibirás automáticamente la revista y otros newsletter de arbitraje.

Asimismo, puedes descargar todos los números desde el menú situado a la derecha de la web. ¡Así de fácil!

¡Añádela a tus favoritos!