

## Basket sin basket

Durante décadas, expertos en 'management', directores de empresa y entrenadores se han dedicado a estudiar cómo formar equipos de trabajo de alto rendimiento. Los resultados, en muchos casos, han sido extraordinarios, generando beneficios notables en productividad, innovación, rentabilidad y compromiso pero, por encima de cualquier consideración, una de las claves en este proceso suele residir en la Dinámica de Grupo. **"Algo de lo que camadas como la de los Juniors de Oro fueron modelos**

**para las nuevas generaciones de jugadores y jugadoras del Baloncesto Español"** desvela José Luis Sáez. Las chicas del 95 demostraron ser dignas herederas la temporada pasada conquistando el Oro Europeo en su primera cita oficial internacional. El próximo verano afrontan la disputa de su primer Mundial (U17 en Holanda) con el principal aval de presentar un grupo de amigas. Juntas hasta el infinito y mucho más...

**KIKO MARTÍN**

**E**xplicar los secretos de un equipo de baloncesto sin hablar de baloncesto puede parecer complicado, pero el reto pierde dificultad si tienes el privilegio de echar un vistazo a los diarios de las adolescentes que, a las órdenes de Evaristo Pérez, conquistaron el Oro Cadete en Italia el pasado verano. Así es el grupo que hereda Víctor Lapeña, ayudante de la U16 Femenina el pasado verano, para afrontar un paso más en la escala evolutiva de esta generación destinada a ser protagonista en 2012.

### PASEANDO EN CAMELLO

Día de descanso en medio de la preparación para el Europeo. **"Decidimos dar un paseo en camello. Zenaida es la más escandalosa. No para de gritar (...) lo que fue el colmo: nos dijeron que uno de los camellos no funcionaba..."**. Cuando se reponen de las emociones acuden al hotel donde acontece otra curiosa escena **"estamos viendo como Alba le corta el pelo a Carolina del Santo. Qué panorama ¡Y lo guapa que la ha dejado!"**. El tiempo libre es una de las claves para seguir la cohesión de un equi-

po. Las continuas anécdotas crean un ambiente de especial sintonía.

### DETALLES PARA CREAR GRUPO

**"Nuestra querida delegada nos ha despertado con sus extraordinarios golpes en la puerta con tono terrorífico. Hemos ido a desayunar a las 9, donde nos hemos encontrado un regalito inesperado...sobre**

**la mesa había un paquetito para cada una con nuestro nombre. Sorprendidas lo hemos abierto y era un marco con la foto de cada una junto con la frase del librito de los espaguetis de Víctor, MUCHAS GRACIAS COACHES!"** Y es que la relación con el cuerpo técnico resulta ejemplar desde el primer día. Un ejemplo de la integración de los directores de orquesta de la



# RA EL 2012 - U17 FEMENINA

“Una vez presentadas todas las selecciones han puesto música y, cómo no, hemos sido las reinas del baile con nuestras coreos de ‘Higher’ y ‘I know you want me’. Decir que los técnicos también han bailado. Que se las saben...”

Selección es su presencia recurrente en los resúmenes diarios publicados en FEB.ES “de parte de Varis y Víctor recuerdos y besos a nuestras Estheres y para la pequeña Martita...”

## SIN SMARTPHONES PERO CON TUENTI

La educación va en paralelo a la formación deportiva. Por eso las jugadoras viven con simpatía cada jornada cuando llega la hora de entregar sus teléfonos “cenamos en

30 minutos para tener un ratito más nuestros móviles. De hecho ahora mismo estamos todas sentadas en el pasillo del hotel que es donde mejor se coge el Wifi y enganchadas a nuestras vidas sociales a través de tuentis, facebook y twitters... luego llega Marta y nos los retira a todas. Es que tenemos que descansar...”

## PENDIENTES DE SUS HERMANAS MAYORES... Y PEQUEÑAS

El Baloncesto Español ha creado un especial sentimiento de hermanamiento entre las dife-

rentes selecciones. Si Pau Gasol era capaz de preguntar al término de un entrenamiento de la Absoluta por el resultado de los juniors, las cades ejercen de hermanas mayores... “nos hemos despedido de nuestras animadoras. Las peques de la U15 que nos han acompañado en la grada durante tres partidos y desde la habitación 125 les damos

## 2007 COLLELL



## 2008 U13



## 2009 U14



## 2010 TORNEO DE LA AMISTAD



## 2011 EUROPEO U16



# LA ARMADA ESPAÑOLA PA

**“El Mundial U17 será el momento de volver a vivir una experiencia única de basket con un equipo diseñado para disfrutar sobre una pista de baloncesto (Ángel Palmi)”**

las gracias por ello (...) felicitamos a las peques por quedar campeonas y les deseamos un buen viaje” o pequeñas: “felicitación a la U20 que ha sido Campeona de Europa. Esperamos estar a la altura! Pero bueno nos vamos a dormir porque mañana nos esperan los análisis de sangre y orina...”

## **COSAS DE LA EDAD**

Pese a sus signos de madurez competitiva no pueden esconder que les

separa la misma distancia de la niñez que de la edad adulta. Adolescencia o diversión ¿no es lo mismo?: “Al subir otra vez de vuelta al autobús quisimos verificar los amortiguadores del autobús, ya que casi lo volcamos. Al ver que todo estaba bien, arrancamos en dirección al hotel”. Un ejemplo más de la otra vida que se llega a experimentar en este tipo de experiencias... “como somos guays hemos ido a un pabellón que nadie ha ido antes y al final hemos jugado a un juego donde teníamos que esconder las “playeras”, “zapatillas”, “tenis”, “deportivas” o simplemente “bambas”. Hemos ganado las blancas (Leti, Alba, Ari, Conchi, Carol, Zene) y como castigo les hemos obligado a que nos sirvieran la cena...”

**“Nuestros jugadores se sientan felices viniendo a la Selección porque saben que una de las premisas de España es competir y disfrutar con el balón en las manos (José Luis Sáez)”**

## **EMPIEZA EL CAMPEONATO. LA HORA DE LA DIVERSIÓN**

Conforme van quemando etapas se acercan a los momentos de mayor tensión en los que la respuesta es aumentar la concentración, pero también la diversión... “Una vez presentadas todas las selecciones nos han puesto música y, cómo no, hemos sido las reinas del baile con nuestras coreos de Higher y I know you want me. Decir que los técnicos también han bailado las coreos. Que se las saben...” Incluso cuando las cosas no salen como esperaban tienen una forma de encontrar soluciones unidas como grupo y con el apoyo de sus padres... “en uno de los últimos partidos, en la primera parte las dejamos entrar en el partido para que los papás nos animaran más y así ya en la segunda parte empezamos a robar balones, contraataques,... y sobre todo a DISFRUTAR! (como dice Víctor)”.

Se ha hecho corto ¿verdad? Pero el próximo verano vuelve este grupo de amigas con una pasión en común. “Será el momento de volver a vivir una experiencia única de Basket —esta vez a nivel Mundial— con un equipo diseñado para disfrutar sobre una pista de Baloncesto, que ya nos hizo vivir momentos inolvidables la temporada pasada” afirma el Director Deportivo Ángel Palmi.

**La cita es en Holanda.**



# RA EL 2012 - U17 FEMENINA

## MUNDIAL U17 FEMENINO

17-26 AGOSTO - Amsterdam (HOLANDA)

GRUPO

**A**

BÉLGICA
ITALIA
COREA DEL SUR
ESTADOS UNIDOS
MALI
CANADÁ

GRUPO

**B**

ESPAÑA
HOLANDA
JAPÓN
BRASIL
TURQUÍA
AUSTRALIA

### CALENDARIO PRIMERA FASE:

17/08	España - Australia
18/08	España - Turquía
19/08	España - Brasil
21/08	España - Japón
22/08	España - Holanda

## RANKING FORMACIÓN FEM. FIBA 2011

USA	490.0
ESPAÑA	336.0
FRANCIA	241.0
CANADÁ	225.0
BRASIL	173.0
CHINA	167.0
RUSIA	166.0
ARGENTINA	144.6
SERBIA	132.0
BÉLGICA	131.5
ITALIA	126.5
SUECIA	125.0

## CLASIFICACIÓN MUNDIAL U17 FRANCIA 2010

USA	ORO
FRANCIA	PLATA
CHINA	BRONCE
BÉLGICA	4º
JAPÓN	5º
RUSIA	6º
AUSTRALIA	7º
ESPAÑA	8º
ARGENTINA	9º
TURQUÍA	10º
CANADÁ	11º
MALÍ	12º

## EL CAMINO HACIA EL MUNDIAL

### EUROPEO DE CAGLIARI U16 2011 (ITALIA)

1ª FASE	ESPAÑA vs ITALIA	87-27
1ª FASE	ESPAÑA vs FINLANDIA	100-27
1ª FASE	ESPAÑA vs HUNGRÍA	70-37
2ª FASE	ESPAÑA vs HOLANDA	77-46
2ª FASE	ESPAÑA vs FRANCIA	72-48
2ª FASE	ESPAÑA vs TURQUÍA	83-35
CUARTOS	ESPAÑA vs GRECIA	75-28
SEMIFINAL	ESPAÑA vs TURQUÍA	79-52
FINAL	ESPAÑA vs BÉLGICA	67-43

## GENERACIÓN DEL 93

**SEDE:** Toulouse (Francia)

**PUESTO:** Octava posición

**ENTRENADOR:** Víctor Lapeña

### JUGADORAS Y PALMARÉS

Leyre CARRASCOSA	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Elena DE ALFREDO	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Marles BALART	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Inma ZANOQUERA	🏀 U16-09	🏀 U18-10
	🏀 U19-11	🏀 U18-11
Yurena DÍAZ	🏀 U16-08	🏀 U16-09
	🏀 U18-10	🏀 U19-11
	🏀 U18-11	🏀 3x3 -11
Andrea VILARÓ	🏀 U16-08	🏀 U16-09
	🏀 U18-10	🏀 U18-11
Silvia MARCELO	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Itziar LLOBET	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Sara RODRÍGUEZ	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Mª Teresa GLEZ.	🏀 U16-09	🏀 U18-11
Sandra MARTÍNEZ	🏀 U16-09	
Julia MARTÍ		



## Así es la generación del 95,

### JUGADORES EXTERIORES / POR ANNA JUNYER



**LETICIA ROMERO**

1.75 / El cerebro

Control total del partido para dar al equipo lo que necesita en cada momento. Este año ha crecido muchísimo disputando casi 30' de media con el G. Canaria. Excelente lectura del Bloqueo Directo tanto para ella como para sus compañeras. Líder dentro y fuera de la pista

**CLUB: LA CAJA DE CANARIAS  
FEDERACIÓN CANARIA**



**MARINA LIZARAZU**

1.70 / Serenidad y eficacia

Otra de las jugadoras con mayor control sobre el juego. Excelente tiro de 3 en los momentos más importantes. Su extraordinaria defensa logra que se corran muchos contraataques. No le tiembla el pulso a la hora de tomar decisiones.

**CLUB: RIVAS ECÓPOLIS  
FEDERACIÓN MADRILEÑA**



**YAIZA RODRÍGUEZ**

1.62 / Calidad, control y sacrificio

Base directora, valiente en el 1x1 y letal en el tiro de 3 puntos. Es capaz de manejar el partido a diferentes niveles ya que puede lograr un basket control o revolucionarlo desde su defensa. Un valor seguro en tareas defensivas

**CLUB: SEGLE XXI  
FEDERACIÓN CATALANA**



**ALBA PEÑA**

1.71 / Verticalidad y picardía

Su calidad en el 1x1 provoca sorpresa constante. Es capaz de penetrar y hacer canastas imposibles. Su físico no le hace ser una gran defensora pero su intuición y picaresca la hacen robar balones importantísimos.

**CLUB: UNI-TENERIFE  
FEDERACIÓN CANARIA**



**ARIADNA APUJOL**

1.81 / Progresión sin límite

Destaca su excelente finalización de contraataque. Capaz de rebasar a sus oponentes en el 1x1 y dejar el balón muy arriba. En labores defensivas su gran envergadura la hacen tocar muchos balones. Cada día que pasa se nota que es mejor

**CLUB: UE MATARÓ  
FEDERACIÓN CATALANA**



**NEUS BERMEJO**

1.81 / Hace sencillo el baloncesto

Tiene la capacidad de hacer el baloncesto fácil y fluido con toma de buenas decisiones. Buena visión y lectura de juego que se une a su capacidad de pase, se mueve bien sin balón. Juega bien el 1x1. Capaz de anotar de tres

**CLUB: UE MATARÓ  
FEDERACIÓN CATALANA**



**VIRGINIA SÁEZ**

1.86 / Intensidad y trabajo para el equipo

Jugadora intensa en su juego tanto en defensa como en ataque. Se siente más cómoda en el juego vertical del 1x1 para buscar el pase exterior o bien finalizar. Tira bien en distancias medias principalmente en salto sobre bote

**CLUB: ROS CASARES  
FEDERACIÓN C. VALENCIANA**

### JUGADORAS EN SEGUIMIENTO

**MARTA CANELLA (CELTA):** Posee una excelente visión del juego, con buenas lecturas para dar pases con ventajas a sus compañeras. Buena mano desde el exterior.

**NATALIA MEDALL (NOU CASTELLÓ):** Fuerte físicamente, resolutiva en el 1x1 y buen tiro exterior. Buena concepción del juego

**REBECCA NAVARRO (PERFUMERÍAS):** El tiro es su principal característica tanto de tres como de dos sobre bote. Genera bien sus espacios y carga mucho el rebote ofensivo, consiguiendo segundas opciones.

**BEATRIZ DOMENECH (CANOE):** Buen 1x1 y tiro exterior de 3-4 metros

**MAITE ZUBIZARRETA (IRAURGI):** Buena reboteadora, con buena mano tanto para tiro de 3-4 metros como tiro de tres puntos.

**ISABEL BUERI (CANOE):** Excelente capacidad física. Buen tiro exterior central y gran arrancada desde el poste alto.

**REBECA COTANO (ROS CASARES):** potencial y capacidad de aprender con buen tiro desde cuatro metros. Está trabajando para mejorar su presencia en el rebote tanto ofensivo como defensivo

**ELISABET LÓPEZ (SEGLE XXI):** Se desenvuelve bien cerca del aro. Tiene aún poco conocimiento del juego

**GRACIELA DÍAZ (UNI TENERIFE):** Muy corpulenta, le gusta el juego de contactos. Muchas ganas y actitud de aprender

## a la conquista del Mundial

### JUGADORAS INTERIORES / POR ANNA JUNYER



#### CAROLINA ESPARCIA

1.78 / Un diésel muy peligroso

Es ese tipo de jugadora que parece que no va nunca al límite, pero sus estadísticas siempre dicen lo contrario. Triples desde las esquinas, finalizaciones en el 1x1 y robos de balón por intuición y conocimiento del juego.

**CLUB: STADIUM CASABLANCA FEDERACIÓN ARAGONESA**



#### CONCHI MONGOMO

1.80 / Potencia sin límites

Grandes cualidades físicas que hacen de ella una jugadora muy rentable. Capaz de defender a cualquier jugadora del equipo rival, de robar balones, de correr el contraataque y de meter triples hacen de ella una jugadora diferente al resto

**CLUB: LA CAJA DE CANARIAS FEDERACIÓN CANARIA**



#### BELÉN ARROJO

1.86 / Polivalencia

Otra líder natural dentro del grupo. Destaca su gran humildad en el trabajo diario. Es capaz de jugar tanto en posiciones exteriores como interiores. Por su gran envergadura se convierte en una muy buena reboteadora. Busca siempre el balón en los momentos importantes.

**CLUB: SEGLE XXI FEDERACIÓN ANDALUZA**



#### CAROLINA DEL SANTO

1.80 / Inteligencia con y sin balón

Muy efectiva en el campo. Pese a sus escasos centímetros es capaz de anotar con buenos recursos. Lee muy bien las ayudas defensivas. En defensa está constantemente pensando en ayudar siendo muy segura en el rebote defensivo

**CLUB: CBF SARRIA FEDERACIÓN CATALANA**



#### ZENAIDA PÉREZ

1.84 / Trabajo constante

Capaz de defender a los pivots más potentes del rival y desquiciarlos. Hace un gran trabajo oscuro. Movimientos muy eficaces cerca del aro y un tiro de mucho acierto a 4-5 metros. Lista jugando sabe interpretar a la perfección su papel en el campo.

**CLUB: LA CAJA DE CANARIAS FEDERACIÓN CANARIA**



#### JUDITH SOLÉ

1.90 / El techo de la generación

Ofrece una rentabilidad enorme, siendo capaz de crearse buenos tiros y aprovechando las asistencias de sus compañeras. En defensa, es capaz de cerrar muy bien los espacios, mejora cada día en los desplazamientos laterales

**CLUB: SEGLE XXI FEDERACIÓN CATALANA**



SELECCIONADOR:  
**VÍCTOR LAPEÑA**



AYUDANTE:  
**MARIO LÓPEZ**



AYUDANTE:  
**PILAR VALERO**



P. FÍSICA:  
**BÁRBARA LLULL**



MÉDICA:  
**RAQUEL SÁNCHEZ**



FISIO:  
**LARA AGUADO**



DELEGADA:  
**MARTA SOLER**



#### PILAR NAVARRO

1.84 / Calidad al servicio del grupo

Jugadora de gran verticalidad en espacios cortos. Su 1x1 cerca del aro es de una gran efectividad. Juega muy bien sin balón creando muchas dudas a las defensas rivales y colocándose en posiciones ideales para el rebote ofensivo.

**CLUB: SEGLE XXI FEDERACIÓN ARAGONESA**

### Y ADEMÁS

ELENA DIESTE (Stadium), AINA FONT (CTEIB), MARINA RUIZ (Estudiantes), ANGELA MERINO (Cantabria), LAURA CHAHROUR (Ros Casares), MIRARI LIZASU (Donosti Basket), ESTEFANIA DARVES (CTEIB), MARINA GARCÍA (Jaén), MARINA ROMÁN (Perfumerías), CORAL CASTILLEJO (CB Marbella) MARTA CAMARASA (Ros Casares), SANDRA SANCHEZ (Pozuelo), SHEILA CARNERO (Carmelitas Ourense)



## Mentalidad de progreso

**El seleccionador U17 analiza el camino a seguir hasta el Mundial de Holanda de este verano después de conquistar el Europeo U16 el pasado año**

### VÍCTOR LAPEÑA

Avanzar, mejorar, prepararse... En la vida vamos dando pasos que nos hacen ser mejores, que nos hacen crecer como personas, vencemos obstáculos cada vez mayores y para eso creemos en el PROGRESO, en la capacidad de superarnos una y otra vez sin descanso, en la perseverancia por conseguir nuestro objetivo.

Así es la Generación del 95. Una Generación capaz de afrontar los retos con la ilusión y madurez que corresponde en cada caso. La clasificación para el Mundial se logró de manera brillante, quedando patente que es un grupo que puede darnos grandes alegrías en el futuro.

Aquí comienza una nueva aventura, un escenario desconocido para nuestras jugadoras. Afrontaremos con la MENTALIDAD que se necesita el difícil compromiso de dejar a España en el lugar que corresponde a nivel mundial.

### CONTROL Y SEGUIMIENTO

Durante todo el año seguimos la progresión de las jugadoras. El trabajo que realizan en sus Clubs, el nivel de competición al que se enfrentan durante el año y la capacidad de mejora durante todos estos meses son controladas y evaluadas por el Gabinete Técnico de la FEB.

La concentración de Navidad nos ha permitido saber en qué momento estamos, tener una toma de contacto con el grupo tras unos meses separados y analizar las mejoras que se han dado en unos y otros aspectos desde agosto hasta aquí.

El siguiente control se realiza en Semana Santa donde el grupo que

competirá de cara al verano empieza a afianzarse con dos partidos de preparación en Zaragoza, el 7 y 8 de abril, ante Turquía. Es momento para mostrar el camino a la jugadora, para trazar las líneas maestras hacia la preparación antes del Mundial.

### NO DAR NADA POR SUPUESTO; ETAPA DE PREPARACIÓN

Las experiencias vividas nos forjan una identidad, nos ayudan a tomar decisiones que nos faciliten nuestra meta, pero en ocasiones estas experiencias pueden llevarnos al ERROR. Para que esto no suceda tenemos claro que debemos empezar de nuevo, recordando lo que somos y lo que tenemos, pero nunca dando nada por supuesto.

Hay que volver a crear un EQUIPO ganador y mostrarle el camino a una meta lo suficientemente interesante como para incentivar el deseo de lograr un nuevo ÉXITO.

# RA EL 2012 - U17 FEMENINA

**“Un minuto después de proclamarnos Campeonas de Europa U16 ya estábamos trabajando para escribir de nuevo un bonito final en el Mundial 2012”  
(Víctor Lapeña, seleccionador U17)**

Durante la concentración previa al Campeonato debemos volver a insistir en lo que nos hizo grandes en el último campeonato de Europa, recordar lo importante y prepararnos para la nueva cita con un grado de madurez superior.

## A QUÉ NOS ENFRENTAMOS

### BALONCESTO DE 5 CONTINENTES:

Uno de los objetivos será averiguar lo máximo posible de las características de nuestro rivales. Asiático, Australiano, Americano, Africano... adaptación a sus propuestas, prevenir las trampas que nos pueden hacer y planificar las posibles dificultades que podemos crearlas, o lo que es lo mismo, desarrollar nuestro propio CABALLO DE TROYA antes del Mundial hará que las respuestas de nuestro EQUIPO sean acordes a lo que nos enfrentaremos

FORMATO DE COMPETICIÓN: Un formato en 2 Grupos de 6 equipos. Juegas 5 partidos con un único día de descanso entre ellos. La clasificación da acceso directamente a los cuartos de final por lo que el mar-



gen de error es mínimo. Los 4 primeros equipos cruzan con los 4 primeros del otro grupo por un puesto en semifinales. El resto compiten por la posiciones del 9 al 12.

### SELECCIONES CON GRAN FÍSICO:

El físico de las jugadoras Australianas, Americanas y en los últimos tiempos las Asiáticas es superior al de las jugadoras Españolas. Durante la preparación deberemos poner gran énfasis en llegar en unas condiciones excelente a nivel de Fuerza para acercarnos a este tipo de Selecciones aunque mantengamos como principales armas nuestro ADN particular:  
**GRAN DEFENSA**  
**TRANSICIONES MUY RÁPIDAS**  
**TÁCTICA AL SERVICIO DEL TALENTO DE LA JUGADORA**  
**ENORME COMPETITIVIDAD**

## MUNDIAL U17 (HOLANDA)

### CONTROLAR LAS EMOCIONES:

Desde el primer día convives con personas de otros Continentes, otros hábitos, otras culturas comparten tu mismo espacio, esto a veces hace que el BOMBARDEO DE ESTIMULOS sea constante. Mantener al grupo tranquilo y enseñarle a disfrutar de un Mundial sin perder la perspectiva de por qué y para qué estamos allí será tarea muy importante desde el principio.

GRUPO B: Empezar con **Australia** nos hará estar con la máxima concentración ya que es un rival de máxima exigencia.

**Turquía.** Siempre crea problemas, plantea muy bien los partidos y nunca los da por perdidos.

**Brasil:** Una potencia en Baloncesto. La suerte para nosotros es que tendremos conocimiento sobre ellas de los 2 partidos anteriores.

**Japón:** En el pasado Mundial U17F fueron quintas. No fiarnos en absoluto y adaptarnos al estilo de juego que ellas practican serán puntos vitales para ganar este partido.

**Holanda:** Último partido de grupo. Dominar el entorno será vital en este partido ya que competiremos contra la anfitriona del Mundial

A partir de aquí esperamos estar en cuartos de final con la mejor clasificación posible. Ahora cada partido te lleva a un destino diferente.

