



LA CISTELLA

REVISTA OFICIAL DE L'SPAR GIRONA



PÒSTER

ENTREVISTA

LAIA PALAU:

**"SERÀ UNA
ELIMINATORIA OBERTA"**

EN PORTADA

CANELLA I YGUERAVIDE

EL RIVAL

HOZONO GLOBAL JAIRIS

19è ANIVERSARI

DESCOBREIX SI EL TEU PLANETA AMAGA UN REGAL



DEL 6
DE MAIG A L'1
DE JUNY

 **espai**
GIRONÈS

> CENTRE COMERCIAL



ESPAIGIRONES.COM PÀRQUING GRATUÏT

SALT · GIRONA
AP7 · SORTIDA 7

SPAR



Ajuntament de Girona

;) girona
emocions

Diputació de Girona

Generalitat
de Catalunya

esportcat

EDITA > UNI GIRONA CB - COORDINA > PREMSA UNI GIRONA (premsa@unigirona.cat)

PUBLICITAT > MARQUETING UNI GIRONA (marketing@unigirona.cat) - IMPRESSIÓ > IMPREMTA PAGÈS - TIRADA > 1.000

Revista patrocinada per



L'EDITORIAL

GIRONA, TEMPS DE PLAYOFFS

Arriba la part més bonica de la temporada. Arriben els partits més importants de l'any de la lliga regular. L'Spar Girona comença la seva aventura dels playoffs contra un dels equips revelacions de la temporada (després d'una gran segona volta gràcies a la seva entrenadora Anna Montañana).

Podríem parlar de moltes coses, com els factors i condicionants que es presenten per ambdós conjunts en l'eliminatòria. També seria un bon moment parlar del públic, com fem gairebé sempre i de com és de determinant per decantar la balança en una eliminatòria.

Podríem parlar de les paraules de Sandra Ygueravide a la Ser Girona sobre les aspiracions i la pressió o de les paraules del nostre entrenador sobre algunes estadístiques dels últims partits.

Parlar, parlar i parlar i moltes coses d'exemples. Però la realitat és que és Temps de Playoffs. És moment de sortir, posar-se la bufanda (ho sé, fa molta calor, però es queden bé a les fotos) i venir a Fontajau. Que cadascú doni el millor d'ell mateix. I parlo en totes les àrees. Anem a fer-ho. Anem a jugar. Pas a pas. Primer el Jaisir. Després ja parlarem.

**Baixa la teva factura,
cuida el planeta**

BAUHAUS
Bricolatge, reformes, decoració i jardí



Descobreix aquí totes les nostres guies sobre **eficiència energètica** amb consells i solucions per a estalviar en la llar.

Escaaneja aquest codi QR



HOZONO GLOBAL JAIRIS

| Nº | Nom | Pos | A | Ed | PJ | P | 2P | 3P | TLL | RD | RO | AS |
|----|-------------------|------|------|----|-----------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|-------------|
| 0 | C. Horvat | P/AP | 1,86 | 25 | 8 | 7,8 | 45,5% | 20% | 88,9% | 2,4 | 1,3 | 1,1 |
| 1 | A. Konig | A | 1,78 | 25 | 30 | 9 | 48,1% | 35% | 66,7% | 1 | 0,4 | 1,2 |
| 3 | C. Nelson | P/AP | 1,88 | 27 | 21 | 11,3 | 57% | 33,3% | 82,1% | 3,7 | 2 | 0,9 |
| 4 | A. Bishop | AP | 1,89 | 35 | 25 | 7,7 | 40,8% | 27,5% | 71,1% | 3,7 | 1 | 1,6 |
| 6 | A. Ayuso | B | 1,80 | 24 | 30 | 8,7 | 39,2% | 27,9% | 68,2% | 2,8 | 1,2 | 3,8 |
| 7 | M. Arrojo | A | 1,88 | 29 | 26 | 3,7 | 38,9% | 16,7% | 84% | 3,3 | 1,3 | 1,1 |
| 9 | S. Molina | A | 1,75 | 24 | 11 | 0,2 | 20% | 0% | 0% | 0,1 | 0,5 | 0,2 |
| 10 | M. Bettencourt | B | 1,72 | 34 | 30 | 2,8 | 29,8% | 21,5% | 80% | 2 | 0,5 | 1,7 |
| 15 | C. Grande | B/E | 1,76 | 26 | 10 | 5 | 38,1% | 47,1% | 76,9% | 1,7 | 0,6 | 1,8 |
| 19 | L. López-Sénéchal | A/AP | 1,85 | 25 | 13 | 10,8 | 46,4% | 44,2% | 86,4% | 1,8 | 0,6 | 1,1 |
| 22 | A. Rembiszewska | AP/P | 1,93 | 28 | 30 | 5 | 35,9% | 32,1% | 72,5% | 2,1 | 0,6 | 0,5 |
| | | | | | 30 | 65,4 | 43,3% | 31,2% | 73,3% | 22,9 | 9,8 | 13,4 |

Entrenadora: Anna Montañana



C. NELSON
LÍDER EN ANOTACIÓ
11,3 PUNTS PER PARTIT



R. MAGARITY
LÍDER EN ANOTACIÓ
13,5 PUNTS PER PARTIT



C. NELSON
LÍDER EN REBOTS
5,7 REBOTS PER PARTIT



R. MAGARITY
LÍDER EN REBOTS
7,8 REBOTS PER PARTIT



A. AYUSO
LÍDER EN ASSISTÈNCIES
3,8 AS. PER PARTIT



S. YGUERAVIDE
LÍDER EN ASSISTÈNCIES
3,6 AS. PER PARTIT



| PR | PP | TF | TC | FC | FR | V |
|------------|-------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| 0,6 | 1 | 0 | 0 | 2 | 1,8 | 7,6 |
| 0,6 | 1 | 0,1 | 0,1 | 1,6 | 0,4 | 4,7 |
| 0,6 | 2,1 | 0,2 | 0,2 | 3,7 | 3,4 | 12,2 |
| 0,8 | 1,2 | 0,1 | 0,2 | 3 | 2,3 | 7,5 |
| 1,5 | 1,9 | 0 | 0,3 | 2,5 | 3,4 | 10,3 |
| 1 | 0,7 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 1,1 | 7,3 |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | -0,1 |
| 0,8 | 1,4 | 0 | 0,1 | 1,8 | 1 | 2,5 |
| 1,2 | 1,6 | 0,1 | 0,1 | 1,4 | 1,6 | 6,5 |
| 0,5 | 1,5 | 0,2 | 0,2 | 2,7 | 1,7 | 7,6 |
| 0,2 | 1 | 0,2 | 0,1 | 1,8 | 1,2 | 3,5 |
| 7,4 | 13,9 | 1,5 | 1,3 | 19,8 | 17,2 | 62,4 |

CLASSIFICACIÓ LF ENDESA

| | | |
|----|----------------------|-------|
| 1 | Perfumerías Avenida | 26-4 |
| 2 | Valencia Basket | 25-5 |
| 3 | Casademont Zaragoza | 23-6 |
| 4 | Spar Girona | 18-12 |
| 5 | Hozono Global Jairis | 16-14 |
| 6 | Movistar Estudiantes | 16-14 |
| 7 | IDK Euskotren | 16-14 |
| 8 | Baxi Ferrol | 15-15 |
| 9 | Ensino Lugo | 14-16 |
| 10 | Lointek Gernika | 14-16 |
| 11 | Cadí La Seu | 12-18 |
| 12 | Kutxabank Araski | 12-18 |
| 13 | Barça CBS | 11-19 |
| 14 | Celta Zorka Recalvi | 10-20 |
| 15 | Spar Gran Canaria | 10-20 |
| 16 | Bembibre | 1-29 |

LLEGENDA: N^o número; **POS.** posició; **A.** alçada; **Ed.** Edat; **PJ.** partits jugats; **P.** punts; **2P.** tirs de 2punts; **3P.** tirs de 3 punts; **TLL.** tirs lliures; **RD.** rebots defensius; **RO.** rebots ofensius; **AS.** assistències; **PR.** pilotes robades; **PP.** pilotes perdudes; **TF.** taps a favors; **TC.** taps en contra; **FC.** faltes comeses; **FR.** faltes rebudes; **V.** valoració

LF

endesa

PLAYOFFS

PERFUMERÍAS AVENIDA

IDA 25/4 - 20:15H

VS

BAXI FERROL

VUELTA 28/4 - 18:00H

VS

IDA 2/5 - ---:--H

VUELTA 5/5 - ---:--H

LFendesa

PLAYOFF FINAL

VALENCIA BASKET

IDA 25/4 - 20:00H

VS

IDK EUSKOTREN

VUELTA 29/4 - 18:30H

VS

IDA 2/5 - ---:--H

VUELTA 5/5 - ---:--H

CASADEMONT ZARAGOZA

IDA 24/4 - 19:30H

VS

MOVISTAR ESTUDIANTES

VUELTA 27/4 - 18:00H

VS

I a tu, qui et cuida?

Des de **42€** al mes*

A MGC Mútua fa 40 anys que cuidem la salut de les famílies.

Oferim les cobertures més àmplies i una atenció personalitzada que, enfront de la malaltia, garanteix que ningú quedarà desatès.

* Quota mitjana 2022 calculada per a un col·lectiu familiar de 5 membres (pare de 39 anys, mare de 38 anys i fills de 10, 7 i 5 anys), residents a Barcelona i amb l'A-S Total contractada (modalitat amb franquícia).



Quadre mèdic



Assistència en viatge



Psicologia clínica



Teleconsulta i videoconsulta



Hospitalització a qualsevol centre del món



Pròtesis



Assistència integral del càncer



Cobertura dental

L'EQUIP REVELACIÓ DE LA SEGONA VOLTA

Canviar de dinàmica d'un equip és sempre molt complicat. Doncs bé, Anna Montañana ho ha aconseguit amb l'Hozono Global Jairis. L'entrenadora va agafar un equip de la part baixa de la classificació (que segurament, per talent de plantilla hauria d'estar més amunt) i ha obtingut 12 victòries i 6 derrotes per acabar en cinquena posició, rècord històric d'un equip que disputa per segon any la màxima categoria.

Aquest registre positiu han sigut recompensats amb el guardó de Millor Entrenadora de la LF Endesa 23/24.

Tot i la pèrdua coneguda d'Arica Carter, que milita actualment al Perfumerías Avenida, l'Hozono Global Jairis ha estat dissenyat per estar a la zona notable de la classificació. Jugadores conegudes com Bishop (ex Uni Girona) o la catalana Aina Ayuso, que ha tingut un gran final de temporada i és el clar timó de l'equip (8,7 punts i 3,8 assistències per partit), donen identitat a les murcianes.

No podem deixar de banda a les dues principals referents ofensives de l'equip, com són Chelsea Nelson i López-Sénéchal. La primera, física i contundent a dins la zona, està fent una mitjana d'11,3 punts i 5,7 rebots per partit, mentre que la segona destaca amb 10,8 punts per partit i bons percentatges de la línia de tres (44,2%). Una altra jugadora que pot revolucionar l'enfrontament des de la llarga distància és Carmen Grande (47,1%).

Respecte als precedents, en el partit d'Alcantarilla corresponent a la jornada 22 de la LF Endesa (en el partit l'equip era dirigit per Eric Surís), les murcianes es van imposar per 69 a 65. Un resultat que va estar influenciat per les bones maneres d'Ayuso, que va acabar el partit amb 17 punts i 7 assistències) i l'anotació de López-Sénéchal (18 punts). A més, les gironines van acabar el partit amb 21 pèrdues a causa de la pressió de les locals.

Les de Roberto Íñiguez hauran de superar a la pressió visitant per arribar a les semifinals de la LF Endesa.



13 S. YGUERAVIDE





Ribésalut

LAIA PALAU: "SERÀ UNA ELIMINATÒRIA OBERTA"



Òbviament, hem de parlar de la notícia de Laura Peña.

Sí. Fa dos dissabtes vam informar que Peña no jugaria per motius personals perquè sempre és una situació delicada. La Laura parla amb Roberto i és capaç de reconèixer que li passa, però tampoc som gaire conscients tots de què significa això. Vam donar dies de marge i ella ha pogut comunicar que fa temps que no està bé. Ha arribat a un punt que no pot continuar. Sempre, més enllà del que significa aquesta baixa per l'equip, el xoc que ha sigut per a tots... Treballem cada dia amb persones i no sabem el que està passant cadascú personalment. L'equip, l'staff i tothom l'ha de recolzar en aquest moment complicat. La jugadora el que més li agrada fer és jugar i quan el teu dia a dia es converteix en un forat, que és difícil treure el cap perquè la competició no et deixa parar, pensar ni revisar, doncs es torna molt complicat. Estem a la vegada contents i orgullosos perquè la Laura ha estat molt valenta pel fet de parar i cuidar-se.

A nivell personal has tingut una experiència tan delicada?

Fins a arribar al punt de deixar de jugar no, però sí que he tingut diverses temporades en què acaba essent com un autòmat. Estàs allà perquè és la teva responsabilitat, la teva feina, com ens passa a molts de nosaltres, però la realitat de l'esport de l'alt rendiment és que cada dia l'exigència és màxima, un peix que es mossega la cua. Em sembla que tenim aquest sentit de la responsabilitat, que t'has compromès amb un club, i per nosaltres el compromís amb l'equip és el primer. A més, la sensació que ets una privilegiada perquè estàs fent una feina que tothom voldria i et penses que no tens el dret de patir-ho. Això és una arma de doble fil. En aquell moment, sobretot a València vaig haver de recórrer a ajuda professional i vaig anar-ho trampejant. Després ho vaig portar millor, no va ser glòria, però em va permetre no haver de parar. En molts dies era un "no puc seguir" o "això no em compensa", però vaig seguir perquè ho vaig poder portar, però no

és senzill. Per la meua experiència, i per moltes companyes que he tingut, doncs ho he viscut i hi ha moment que entres en uns túnels...

Per a mi, el més important és l'equilibri. Aquest món és molt voraç i molt obsessiu. Busquem la perfecció cada dia i això no té fi. Si no ets capaç de posar-hi límits se't menja...

La Laura ha estat molt valenta pel simple fet de parar i cuidar-se.

En els últims anys han sortit més casos. Què ha canviat? En principi ara tenim més eines...

Jo crec que és important que cada vegada es pugui verbalitzar més. És cert que aquesta societat nostra no ens permet gaire mostrar debilitat, i menys a l'esport d'alt rendiment. Però per sort a nivell social cada vegada més anem a millor. La salut i el benestar està a l'ordre del dia. És cert que això sempre ha estat tabú parlar-ne, però el fet que hi hagi referents que siguin capaç de verbalitzar aquesta situació fa que es pugui normalitzar més. Jo crec que és bo i important que tots siguem capaços per dir que aquí estem per estar el millor possible en aquesta vida i per cuidar-nos. Cadascú s'ha de poder marcar els seus límits, expectatives i ser coherent amb un mateix.

Què creus que ha d'oferir un club per mitigar aquesta situació?

Està clar com quan més recursos siguem capaços de dotar a les jugadores millor. Per la meua pròpia experiència hi ha coses que a nivell estructural per mi són més prioritàries. Jo ho recomanaré sempre: he tingut tres 'coaches' personals en diferents etapes de la meua vida. A València per competició. A Girona per preparar la meua retirada i després un altre per veure com portava la retirada. Està bé. Hi ha moments que són importants i que si les coses no les veus clares hauriem de demanar ajuda. Un any vaig estar a Praga, un altre a França, etc., hi havia moments diferents i crec que has de tenir diferents opcions més enllà del que el club et pugui oferir perquè això és la teua carrera individual, i en un club estaràs d'una manera i en un altre d'una altra manera. Has d'anar adaptant-te amb cada situació. Està bé deixar-se acompanyar, tot i que no tothom ho necessita. Però si ho necessites ho has de tenir a mà.

Canviem radicalment de tema. Arriba el Jairis a Fontajau.

Està clar que el Jairis arriba amb una dinàmica positiva. Elles no tenen res a perdre. Les sèries d'anada i tornada deixen sempre molt obert els resultats. Igualen molt les opcions. Sabem el que vol dir. Vam perdre allà (liga regular). És cert que jugàvem doble competició i no va jugar la Tolo, però espero, i em fa il·lusió, que tornem a jugar playoffs i Fontajau sempre ha respost increïble durant la temporada.

Be Fisio GIRONA

**Centre de Fisioteràpia, Preparació Física
i Medicina Esportiva**

· Rehabilitació
· Revisions Mèdiques

· Entrenaments Personals
· Ecografia Musculoesquelètica

AMB L'UNI GIRONA!

Camps Motor



CAMPS MOTOR
Wearemobility



ISUZU
CAMPS MOTOR



@CAMPSMOTOR





10a EDICIÓ · PLATJA D'ARO · GRATUÏT
DISSABTE 25 I DIUMENGE 26 DE MAIG DE 2024

ELS ATRAPASOMNIS
BRODAS BROS
PERE RAFART
BLACK MUSIC BIG BAND JUNIOR
SOON CIRCUS
SAVE THE TEMAZO
CIA LA MANO JUEVES
LA COLLA PIRATA
CIRCLOS · DUO LAOS
SÀNDAL PRODUCCIONS
GUIXOT DE 8 · SILENT DISCO KIDS

WWW.XALARO.CAT · @VISITPLATJADARO @FEMPLATJADARO · ☎ 972 817 179 📞 605 827 945

Castell d'Aro · Platja d'Aro · S'Agaró
365 www.platjadaro.com



CATALUNYA



Platja en Família

OPERA

ESDEVENIMENTS AMB PROPÒSIT

C/Montnegre, 70
17180 - Vilablareix

www.operalloguers.com

impressionant!



impremtapagès®

– des de 1945 –



packagingpagès®

– des de 1995 –

OBRIM INSCRIPCIONS ALS CAMPUS D'ESTIU 2024

Nou estiu i nova edició dels campus de l'Spar Girona. Com a novetat d'aquest any, torna el millor campus de bàsquet: el Campus de Bàsquet Sarrià 2024.

Aquest any t'ofereim desenvolupar la teva tècnica individual per a la pròxima temporada de la mà d'entrenadors qualificats amb el segell Uni Girona. A més, com és habitual, rebrem la visita d'alguna jugadora del primer equip, a part de moltes més sorpreses. No podem oblidar-nos de les activitats lúdiques que realitzem, com per exemple, dos dies de piscina a la setmana.

Tota la informació en el codi-qr:



CAMPUS BASQUET SARRIÀ24

DEL 25 DE JUNY AL 26 DE JULIOL. PER TORNS SETMANALS

| PREUS PER SETMANA | | PREUS 4 SETMANES LOW COST | |
|-------------------------|------|---------------------------|------|
| DE 9 A 13 (SENSE DINAR) | 90€ | DE 9 A 13 (SENSE DINAR) | 280€ |
| DE 9 A 13 I DE 15 A 17 | 100€ | DE 9 A 13 I DE 15 A 17 | 300€ |
| DE 9 A 15 (AMB DINAR) | 120€ | DE 9 A 15 (AMB DINAR) | 405€ |
| DE 9 A 17 (AMB DINAR) | 130€ | DE 9 A 17 (AMB DINAR) | 440€ |

PER NOIS I NOIES D'ENTRE 6 I 16 ANYS. PAVELLÓ MUNICIPAL DE SARRIÀ DE TER

PROMOCIO@UNIGIRONA.CAT - 623 538 605 ORGANITZA:  

COMUNICAT OFICIAL DE LAURA PEÑA

Laura Peña deixa el bàsquet indefinidament per cuidar la seva salut mental.

L'Spar Girona vol transmetre el següent comunicat de Laura Peña:

“Fa uns anys que hi ha alguna cosa a dins meu que no està bé, que no funciona i que no em permetia fer i gaudir del que més m'apassionava. És per això que he decidit parar la meva activitat professional per un període de temps que ara mateix no us sabria concretar. Vull agrair al club, staff i companyes tot el suport que estic rebent. Soc afortunada d'estar rodejada de tots i cada un d'ells”.

L'Spar Girona mostra el seu total suport, respecte i admiració a Laura Peña i demana que es respecti la privacitat de la jugadora. Molta força, Laura!



Qualitat, proximitat
i confiança



SPAR

