

UNIVERS

MCBF

REVISTA DIGITAL DE LA DONA ESPORTISTA I EMPRESÀRIA



**MCBF:
OBRA SOCIAL**

**SÈNIORS PER
UN DIA**

ENTREVISTA

GERARD BARBÉ

DIRECTOR ESPORTIU DEL MCBF

**PRESENTEM
A L'U18**

MCBF: OBRA SOCIAL



BECA ENTRENADORA

PEL NIVELL 1 DE LA FCBQ

Cada any becarem a una entrenadora que tingui nivell 0 per tal que pugui entrenar a categories superiors

BECA D'ESTUDIS

DE SECUNDARIA A FINAL DE CARRERA

Beca atorgada pel Manresa CBF amb conveni amb Fundació Privada La Pedrera

BECA D'ESTUDIS

DE BATXILLERAT A FINAL DE CARRERA

Beca atorgada pel Manresa CBF amb conveni amb Fundació Joviat

BECA BÀSQUET

QUOTA MENSUAL

Al Manresa CBF tenim diverses jugadores que no paguen quota, ja que a casa tenen dificultats econòmiques

A banda de beques , també realitzarem formacions i xerrades, obertes a tothom, destinades a aprendre coses noves i a educar en els valors de la igualtat i el respecte

PRESENTACIÓ DE L'U18



JOSE CARLOS SUÁREZ

ENTRENADOR



MARTA ESPINAL #11



NOA BRAVO #20



MARIEME DIALLO #25



ANNA FORNELLS #10



AINA ROQUE #24



MARIA LÓPEZ #8



MARTA MUÑOZ #13



ALBA CUNILL #21



MARTA SERRANO #5

SÈNIORS PER UN DIA



El dissabte, 5 de febrer, el Manresa Club Bàsquet Femení va organitzar l'activitat Sèniors per un dia, en la qual les jugadores dels equips més joves del club van compartir tarda amb el Sènior A. Van tenir l'oportunitat d'escalfar amb elles, escoltar la xerrada del director tècnic, en Gerard Barbé, i parlar amb les seves ídols, a qui algunes segueixen a les xarxes socials. També van poder gaudir del partit al Nou Congost a primera fila. Tota una experiència per a les nostres promeses més joves.

A la mitja part, les vam reunir en un dels vestidors per poder recollir les seves opinions sobre aquesta activitat. Per a moltes d'elles, va ser com un somni fet realitat. La Maria, per exemple, comentava: "M'ha agradat molt, m'he sentit molt contenta. El que més m'ha agradat és que he pogut conèixer la Queralt, la Jana, la Maria, la Rovira, la Mar..."

Tot i això, encara es veuen molt lluny d'arribar a aquest nivell, segons ens han dit la Laia i la Noa: "No ens imaginem arribant a sèniors, perquè falten molts anys. Ara tot just fem quart de primària. Però ens agrada el bàsquet i ens agradaria seguir-hi jugant." Segons ens van explicar, però, mentre hi arriben, podran aprofitar alguns consells que van rebre de les jugadores del sènior: "Ens han explicat estratègies, com detectar quina és la jugadora més perillosa i moltes coses així."

Quan vam demanar si els havia sorprès alguna cosa, ens van dir que els havia cridat l'atenció la xerrada perquè "han fet servir paraules que eren una mica estranyes". Seguidament, vam estar parlant del vocabulari amb el qual estan familiaritzades i de quines són les paraules o les expressions que més els repeteixen els seus entrenadors. Les seves respostes no només van ser molt divertides, sinó que diuen molt dels valors i els missatges humans i esportius que es transmeten des del club. Aquí us en deixem un recull:

- QUÈ US DIUEN ELS VOSTRES ENTRENADORS?

- *"Not in my house"*- Hem de procurar que no entrin a casa nostra, a la nostra ampolla i, per defensar millor, aixequem els braços (Laia).

- *"Defenseu, defenseu!"*- Sempre ens diuen que defensem molt en els partits (Núria).

- *"Cadascú la seva"*- Hem d'estar seguint la jugadora que defensem. Hem d'aconseguir que no marquin i no facin la jugada que volen fer. (Greta).

- *"Tensió!"* - Hem d'estar tenses i que no hem d'afluixar. Cal anar fortes cap a dalt (Ainet).



-“Canvi de xip!” - Vol dir que hem d'actuar d'una altra manera (Greta).

-“Pistoles” - Si jo tinc la meva defensora i, a l'altra banda, hi ha la que té la pilota, he d'estar pendent de les dues, apuntant a la pilota amb una mà i, amb l'altra, a la que estic defensant. És la posició del pistoler. (Abril)

-“Depèn de nosaltres, no d'elles”. (Abril)

-El que més, més, més ens diuen és “Passeu-vos-ho bé!” (Arlet)

-“Equivoqueu-vos, però amb ritme!” (Laia)

-Que la passem picat, quan estem sacant (Arlet)



"Que, al final, el resultat és igual; el que importa és com ho fem "(totes).

Abans d'acomiar-nos de les seves cares somrients i il·lusionades, els fem una última pregunta: Quin consell donaries tu a les jugadores del Sènior?

Aquí també hi ha unanimitat: "Si poguéssim donar un consell a les sèniors, també els diríem això, que s'ho passessin bé i que donessin el millor d'elles."



ENTREVISTA

GERARD BARBÉ

DIRECTOR ESPORTIU DEL MCBF

Quin va ser l'origen del projecte del Manresa Club Bàsquet Femení?

El projecte va lligat amb fer créixer l'esport femení, la ciutat i l'afició al bàsquet, perquè Manresa és una ciutat de bàsquet. Crec que és molt important que l'esport femení no només hi tingui cabuda, sinó que hi hagi el nivell més alt possible. El projecte comença a partir de la tasca feta a Joviat. Sabíem que, a nivell esportiu, teníem una base sòlida i que, a nivell de competició, teníem bons equips. Per tant, va ser fer un pas més enllà, obrir-nos a la ciutat per aconseguir arribar a les escoles de Manresa, del Bages i comarques del voltant, per tal que tinguessin a prop un club de bàsquet femení que fos referent.

És un projecte que va més enllà de l'aspecte purament esportiu, oi?

Sí, el projecte va més enllà, és evident. La part esportiva està consolidada i ara estem iniciant aquest projecte extraesportiu, que es basa sobretot en posar la dona al centre. És un dels aspectes que com a club i com a junta considerem més important, i volem obrir aquesta idea a totes les àrees, reflectir-la en la nostra tasca, social, econòmica, de màrqueting..., i fer-nos visibles.

Tu ets el director tècnic de l'àrea esportiva. Explica'ns què implica aquesta funció dins de l'organigrama del club i com és el teu dia a dia.

La funció del director tècnic és ser la figura referent a nivell esportiu pel que fa als entrenadors i a les jugadores, però cal dir que nosaltres

treballem amb un model de lideratge compartit. Això és molt important perquè en l'arxipèlag esportiu som sis persones que liderem aquest projecte. Jo potser soc el que porto més anys i soc el cap visible a nivell de famílies, d'entrenadors i d'equips de més alt rendiment, però cal dir que és un treball d'equip conjunt.

El dia a dia d'un director tècnic implica moltes funcions: seguiment amb els entrenadors, mantenir les rutines diàries d'entrenament, seguiment de les jugadores, temes logístics de canvis de partit, tècnica individual de jugadores que han de treballar fora pista... Hi ha molta feina i una gran part es fa des de l'ombra, no es veu, però es fa dia a dia.

En aquest lideratge compartit treballo estretament amb el Miquel Puell i el Gerard Orriols, que estan a promoció; la Marta Clotet, a la part de minibàsquet; el Xavier Sisa, a la part de l'escoleta i de preminis; el Mariano Martos, que està ajudant en un tema de detecció; i jo, que m'encarrego més dels equips de rendiment, preferents i sèniors. Entre nosaltres estem constantment comunicant-nos i entre tots anem fent les tasques.

A nivell d'objectius estratègics de club, quins et planteges? I, quins són els reptes als quals t'enfrontes per tal d'aconseguir-los?

Un objectiu que tenim a mig termini és col·locar l'equip sènior a la lliga femenina 2. És complicat arribar-hi perquè depèn de molts aspectes, però crec que anem pel bon camí. A nivell de futur penso que tenim una base sòlida, amb jugadores de casa i que estan a molt bon nivell. Crec que aquest objectiu l'aconsegurem a mig termini: estem parlant de dos, tres, quatre anys com a molt. A nivell de formació, com més equips tinguem, més nenes hi haurà jugant a bàsquet i això és positiu per a tothom. Pel que fa als equips de rendiment, els equips preferents a nivell de Catalunya, de mica en mica anar-nos consolidant i situar-nos entre els 8 clubs que hi ha i que estan competint quasi cada any a Preferent A.

Pel que fa als reptes, necessitem poder disposar de més hores i millors horaris de pistes per treballar amb més qualitat. També volem captar més entrenadores, en femení i, aquest punt, és molt important. En tenim algunes, però en volem més i que puguin estar portant equips de rendiment.

Al llarg d'una setmana normal, en quin moment et sents més satisfet de la feina que fas?

És evident que els caps de setmana. Quan veus que les coses funcionen, quan veus competir les jugadores que han estat treballant tota la setmana i veus que ho donen tot pel club de la teva ciutat...,és un moment de satisfacció per a jugadores, entrenadors i entrenadores, famílies,

junta... És quan t'adones de la implicació de la gent i es posa en valor el treball en equip. Saps, llavors, que les coses s'estan fent molt bé.

Us preocupa la part formativa, no només a nivell tècnic, sinó també per donar eines a aquestes entrenadores i entrenadors per comunicar-se millor, gestionar les emocions? És important això per al club, sobretot en la fase de l'esport base?

Sí, és clar que s'ha de cuidar molt això. És molt important que les nenes petites tinguin referents dins el club, i això ho estem aconseguint. Cada cap de setmana venen nenes petites a veure jugar les noies grans, i et diuen això: "Jo vull ser com la Queralt, jo vull ser com la Marta..." Per exemple, aquest dissabte fem l'activitat "Sèniors per un dia". És una activitat molt "xula" i les nenes preminis entraran a fer un escalfament amb les nostres noies de copa, podran parlar amb elles, veuran el partit a primera fila... Per a elles és una experiència brutal. I com a club, aquestes coses s'han de cuidar.

Parlem ara de la teva faceta com a entrenador i deixant una mica de banda la part de direcció tècnica. Què t'agrada més de ser entrenador?

La preparació de la temporada, de la setmana... Tenir una idea de joc al

treballar-la durant la setmana, posarla en pràctica amb els seus errors i els seus encerts, la tensió de la competició... Tot això és el que m'agrada. I, després del partit, el que en diuen "la soledat de l'entrenador": quan vas a casa i no pots deixar de pensar en el que has fet i en el que has de fer... Tot forma part d'aquest camí. Jo faig d'entrenador des dels quinze anys i ara en tinc 33. Per tant, són molts anys que porto ja a les pistes i, de moment, encara tinc moltes ganes de seguir.

I els moments més difícils que viu un entrenador, quins són?

Doncs, potser els primers anys de fer el teu camí, ja que et pots trobar que la gent confia poc en tu... Alguns comentaris que t'arriben a vegades... Amb poca experiència has de ser fort mentalment i seguir treballant per allò en el que tu creus, tenint confiança en tu mateix i en els teus objectius. Tothom ha passat per aquí.

I quan ja tens més experiència, el difícil és reflexionar sobre els errors que hem pogut cometre, per què han passat... Són moments que et fan estar més neguitós, però tot forma part de la vida de l'entrenador.

Quina creus que és la frase o l'expressió que repeteixes més vegades a les teves jugadores? Quin missatge els transmits més sovint?

Abans, quan era més jove, sempre buscava molta simbologia en els missatges que els donava abans d'un partit. He fet moltes dinàmiques amb caixes, atrapa-somnis, fotos..., però, a mida que m'he anat fent gran, he anat més a allò que és essencial i bàsic, que és gaudir. Sempre els dic que quan surtin a pista han de gaudir de l'esport, del bàsquet. Es pot guanyar, es pot perdre, però si tu gaudeixes i t'ho passes bé, al cap i a la fi això és el que importa. Aquest ha de ser el missatge.



SPONSORED BY



MOTOR MUNICH CADÍ



mutuacat
fem salut, fem país



BMW
MOTORRAD
MOTOR MUNICH CADÍ



SPAR
by **Roges**

UMANRESA

UNIVERSITAT DE VIC
UNIVERSITAT CENTRAL
DE CATALUNYA



FUNDACIÓ
UNIVERSITÀRIA
DEL BAGES



MANRESA
www.espaibellesa.com



Simon
mobles d'oficina
• Josefina Puig Gubianes



FELIU
CONSULTORS

ENGINYERS MANRESA

COL·LEGI PROFESSIONAL | ASSOCIACIÓ
ENGINYERS TÈCNICS INDUSTRIALS | GRADUATS
MANRESA | CATALUNYA CENTRAL

#JuguemJunttes