

## Enrich marca el camino a seguir



**EIBAR** El delantero ha visto puerta en los tres partidos que ha disputado

ANDER BARROSO EIBAR

Sergi Enrich ha vuelto de las vacaciones muy enchufado y en lo que va de verano ha dejado claro que sigue siendo el líder del ataque armero. El ariete ha marcado en los tres amistosos que ha disputado y es el máximo realizador del Eibar con tres tantos. ●



Sergi Enrich (27).

JOSUNE MTZ. DE ALBENIZ

## El Besiktas mide el trabajo



**LAS PALMAS** Juega el jueves en Marbella su tercer amistoso

JESÚS IZQUIERDO LAS PALMAS

La UD disfrutó de un lunes de relax, pero hoy los jugadores amarillos vuelven a ponerse el mono de trabajo. La plantilla está citada a las 10.30 horas en las instalaciones de El Hornillo para comenzar a preparar el partido del jueves ante el Besiktas en Marbella. ●

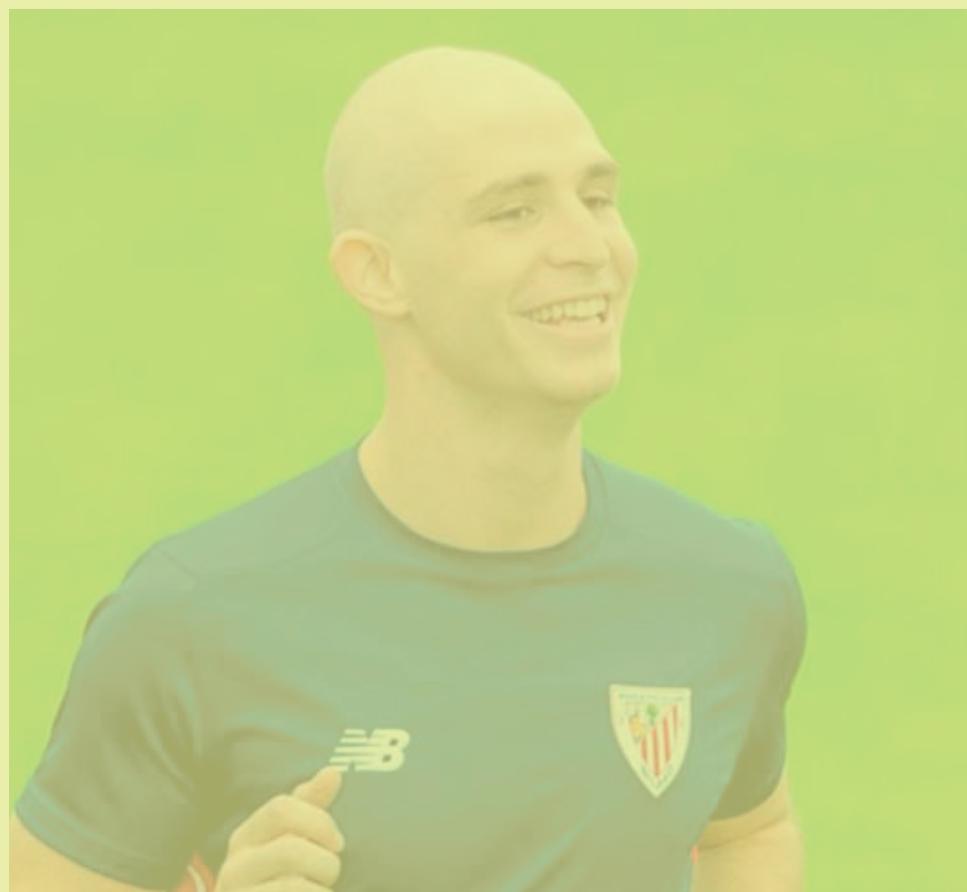
## Shär no teme la competencia



**DEPORTIVO** No le asusta que haya tantos centrales en la plantilla

PEPE TORRENTE LA CORUÑA

Fabián Shär está feliz en el Deportivo: "Este es un club grande, con historia. Estoy orgulloso de poder jugar aquí". El defensa central no teme una plantilla con cinco hombres en su puesto. "Como en todos los buenos clubes, siempre hay competencia". ●



Yeray (22) sonreía ayer mientras se ejercitaba en las instalaciones deportivas de Lezama.

# Corre, Yeray

## SE HA PROPUESTO GANAR LA CARRERA DE LA VIDA

El joven central rojiblanco trota y toca balón en Lezama tras casi mes y medio de tratamiento de quimioterapia

MACU BRIONES  
BILBAO

Han pasado 42 días desde que Yeray Álvarez recibiera la noticia que menos deseaba oír. La recaída del tumor testicular que le fue detectado poco antes de las pasadas Navidades y de la que parecía completamente curado tras ser intervenido, fue un durísimo mazazo. A la palabra cáncer se le sumaba otra que añadía aún más incertidumbre y temor, si cabe: la quimioterapia. Por delante, tres meses de baja, siempre que no hubiera complica-

## Un once con pocas dudas para el debut continental en Bucarest

El recambio de Yeray en el eje de la zaga es, precisamente, una de las pocas incógnitas que planean sobre el primer once oficial que presentará Kuko Ziganda con motivo del debut en Europa del jueves en Bucarest. Etxeita, San José y el joven Núñez son los tres aspirantes a formar pareja con Laporte. La otra duda está en la banda derecha del ataque. Ziganda no quiere "correr riesgos" con Williams y le dejará en Bilbao. Susaeta, titular en el ensayo general de Brujas, y Lekue, que jugó en Las Llanas, son los candidatos al puesto. Iago en la portería; De Marcos y Balenziaga como laterales; Beñat y Vesga en el doble pivote; y Muniain, Raúl García y Aduriz en el ataque, tienen puesto fijo.

# 42

**DÍAS** han transcurrido desde que el club anunció que Yeray había recaído de su cáncer testicular

# 3.012

**MINUTOS** disputó el central vizcaíno durante la pasada temporada, en su debut como león

ciones, y todos los efectos secundarios indeseados que conlleva el tratamiento.

Pero durante este tiempo, a sus 22 años, Yeray ha demostrado ser el león mas fuerte de la manada y un ejemplo a seguir por quienes luchan cada día contra esta enfermedad. Apoyado por sus compañeros de equipo, que en un gesto de máxima solidaridad no dudaban en raparse el pelo, y con el respaldo de incansantes muestras de cariño, el central de Barakaldo se ha propuesto ganar esta carrera contrarreloj que le ha puesto la vida.

Corriendo, de nuevo vestido de corto, se dejaba ver ayer en Lezama. Hasta tocó balón. Poder compartir entrenamientos con el equipo y volver a saltar a un terreno de juego es lo que le mueve, su meta. Cada vez está más cerca y el Athletic se lo ha hecho saber inscribiendo su nombre en la Lista A para la Europa League.

### NADA LE QUITA LA SONRISA

Los ejercicios ligeros permiten a Yeray no perder la forma física durante el tratamiento. Lo que tampoco está dispuesto a perder el joven futbolista es la alegría y la entereza. "Que nada ni nadie te quite la sonrisa", publicaba en su cuenta de Instagram recitando un mantra que le acompaña desde el primer día que empezó a plantear batalla al cáncer. La alegría acompaña cada nuevo paso que da. Será completa cuando vuelva a sentir el verde bajo sus botas vestido de rojiblanco. ●



## ENTRÉNATE PARA LA VIDA

Patricia Ramírez @Patri\_Psicologa

## UN VESTUARIO UNIDO

**L**a piedra angular es la piedra que está entre dos paredes formando ángulo. Le da la base a la edificación. Un vestuario unido puede ser la piedra angular de toda una temporada. Un vestuario unido es la consecuencia de un grupo de personas que se conocen, se respetan, se valoran, se ayudan entre ellas, se esfuerzan, se comprometen con un objetivo grupal y, en los malos momentos, sacan la cara los unos por los otros. **Un vestuario unido** trata de comprender a cada miembro del grupo y de ser empático con las circunstancias de cada uno. Es un muro inquebrantable ante las críticas y la dificultad. Pero un vestuario unido no surge por casualidad. Surge de un buen liderazgo por parte de todos. ¿Qué genera un vestuario unido?

**1 Tener jugadores con los mismos valores.** Las personas pueden ser distintas, las personas pueden pensar de forma diferente, pueden motivarse de diversas maneras, pero las personas que forman **un grupo** deben compartir los mismos valores. El valor del esfuerzo, del compromiso, de la generosidad, de la profesionalidad, **del compañerismo o de la humildad**, tienen que ser entendidos de la misma manera. Conseguir esto es fruto de la selección de jugadores y de lo que se inculca y trabaja en cada entrenamiento. Entrenar los aspectos deportivos es muy importante, pero entrenar los valores también es determinante.

**2 No medir.** En un grupo no siempre participan todos por igual, no todos tienen siempre la misma presencia y oportunidad. Cuando deseas el bien del equipo, no mides. Porque medir es una **conducta individualista**. Cuando priorizas el bien del equipo, solo se mide lo que afecta al grupo, no al jugador.



Charla en un entrenamiento reciente del Madrid.

CHEMA REY

**3 El conocimiento de cada uno.** Nos unen los proyectos deportivos, pero sobre todo nos unen las emociones y los sentimientos. Dado que cada año entran y salen jugadores del equipo, desde el cuerpo técnico es aconsejable realizar dinámicas que permitan a los chicos **conocerse mejor**, tanto en el plano deportivo como el personal.

**4 Justicia y honestidad.** Este aspecto afecta sobre todo al entrenador. No todos los jugadores tendrán las mismas opciones durante el año, no todos tienen el mismo talento. Pero lo que sí tienen todos es el mismo derecho a ser tratados con respeto, a **recibir información** sobre lo que se espera de ellos y los cambios que necesitan hacer, a saber sobre su futuro y las expectativas que se tiene de ellos. Los jugadores son personas, **ningúnearlos** cuando cuentas poco con ellos solo hará que se sientan de menos y que esto les genere inseguridad. Comunícate con ellos, cuéntenlos más o cuéntenlos menos en tu sistema de juego.

**5 Celebrar los buenos momentos.** Los buenos momentos traen emociones positivas y las emociones llevan a afianzar al grupo y darle seguridad. Se invierte mucho tiempo en lo que se necesita corregir y poco en analizar y valorar lo que está bien hecho.

Un vestuario unido es lo que se anhela cuando no lo tienes. Generarlo es una labor diaria por parte de todos.