

BALONCESTO 2009-2010

INFORMACIÓN GENERAL y CUOTA DEPORTIVA

21-09-2009

ZAST: ZArauzko Saskibaloi Taldeak

ZAST (ZArauzko Saskibaloi Taldeak) es la sección de baloncesto de **ZARAUTZ KIROL ELKARTEA (ZKE)**. ZAST pretende fomentar el baloncesto y responsabilizarse de su adecuada organización en Zarautz y su comarca. ZAST entiende el deporte como instrumento ideal para la formación humana de los/as practicantes y el fortalecimiento de los vínculos sociales.

Su filosofía se puede resumir en las siguientes ideas:

- Participación **abierto** a cualquier persona que lo desee y esté dispuesto a adquirir cierto **compromiso**.
- **Responsabilidad** frente a la sociedad, en general, y a los/las practicantes, en particular.
- **Formación**, deportiva y humana de los/as deportistas de ZAST.
- **Variedad** (diferentes niveles de exigencia y compromiso) de la oferta para cubrir las necesidades del mayor número de personas posibles

EVOLUCIÓN ZAST

ZAST presenta una espectacular evolución en las últimas temporadas **pasando de 10 a 30 equipos en solo 5 años**.

Aparte de los equipos, ZAST se caracteriza por la organización de numerosas actividades dirigidas a todas las diversas edades, Campus de Verano, 3x3, Torneo de Ceret y de Tres Cantos, Campus de Eibar, campeonato de veteranos (Euskalduna Cup)...



Este crecimiento ha sido rápido y desequilibrado. No lleguemos a ofrecer la calidad que deseáramos. Somos conscientes, de que a pesar de las mejoras implantadas en las ultimas temporadas nos queda muchísimo trabajo por delante. La interlocución constante con todos los implicados es necesaria para mejorar en este sentido. Por ello animamos a todas los padres a preguntar, criticar, ofrece alternativas... en definitiva comunicarse con nosotros. Nos ayudareis a mejorar.

EL PADRE DELEGADO

Durante la pasada temporada comenzamos a nombrar un padre delegado en algunos equipos de base. Las funciones de estos delegados serán:

- Trasladar a la directiva sus impresiones sobre la marcha general del equipo más allá de los aspectos deportivos.
- Organizar los viajes en los casos que no haya autobús.
- Responsabilizarse de que un adulto acompañe al entrenador en los desplazamientos en autobús.

POLÍTICA DE DESPLAZAMIENTOS LOS PARTIDOS

Contratar un autobús para cada partido fuera de casa supone un coste muy elevado (entre 2500 y 3500 € por equipo). Por ello, hasta hace unas temporadas los desplazamientos de ZAST se realizaban en coches con la colaboración de los padres.

Desde hacia varias temporadas se intenta que el máximo de equipos viajen en autobús. El lunes o martes de cada semana se informará de los equipos que disponen de autobús. Esta comunicación se hará mediante www.zast.es.



HORARIOS DE ENTRENAMIENTO

Se os adjunta un cuadro de entrenamientos. Tiene vocación de ser un cuadro definitivo, pero a día de hoy desconocemos la disponibilidad definitiva de las canchas. Por tanto, puede haber modificaciones en las próximas semanas que se publicarán en www.zast.es.

Por otra parte, y como se observa en el cuadro, esta temporada hemos tenido que programar 7 sesiones al descubierto. El crecimiento del deporte de Zarautz no se ha correspondido con la mejora en instalaciones y la gestión deficitaria de las mismas impide una optimización adecuada.

Solicitaros vuestra comprensión ante esta situación que esperamos vaya mejorando en las próximas temporadas.

ENTRENAMIENTOS DE MEJORA

A pesar de la escasez de instalaciones hemos programado tres sesiones de mejora. Estas sesiones pretenden complementar los entrenamientos de los equipos, en ocasiones masificados y se centran en contenidos ligados a la preparación física. Las opciones son las siguientes:

- Jueves Antoniano 19:45-21:00. Dirigido a jugadores seleccionados nacidos entre 1995 y 1993. Sesión dirigida por Gorka Nuñez. Comienzan este jueves, 24 de septiembre.
- Lunes 19:10-20:30 y Martes 18:00-19:10 dos sesiones a elegir dirigido a infantiles (nacidos 1996 y 1997). Son sesiones libres que comenzarán el 5 y el 6 de octubre. Las personas interesadas deben de comunicarlo a Dan Lertxundi. Las sesiones están dirigidas por Aran Lertxundi y Jon Sanz respectivamente.

Estos grupos implican cierto compromiso e implicación, pero no suponen un coste económico añadido.



ZAST ESKOLA

Por último, hemos abierto la posibilidad de complementar las actividades de deporte escolar con una sesión semanal de baloncesto dirigida a jugadores y jugadoras nacidas en 1999 y 1998.

Esta actividad se realizará los jueves en Antoniano de 18:30 a 19:45. El coste anual será de 100 € (de octubre a mayo), con los descuentos habituales en el club (50 € a los de fuera de zarautz, 30 € a los hermanos de jugadores). La actividad de entrenamiento se complementará con competiciones puntuales en periodos vacacionales y algún domingo.

Las sesiones comenzarán a partir del 1 de Octubre.

SEGUIMIENTO MÉDICO

ZAST junto con el centro de medicina deportiva ZAINDU, sigue un programa de seguimiento médico caracterizado por reconocimientos bianuales.

Esta temporada realizarán el reconocimiento médico aquellos jugadores nacidos en los años impares: 97, 95, 93.

Para realizar estos reconocimientos basta con concertar cita llamando al 943-833355. A partir de ya mismo los nacidos el 95 y el 93, y a partir de Enero los nacidos en 1997. El coste de estos reconocimientos médicos está incluido en la cuota deportiva anual. Para conocer las características del reconocimiento médico podéis consultar la web www.zaindu.com.

SEGURO DEPORTIVO y ASISTENCIA MÉDICA

Cualquier jugador del club dispone de consulta gratuita en el Centro de Medicina Deportiva ZAINDU.



Las categorías junior (nacidos en el 93 y 92) y cadete de primera división disponen de licencia federada que incluye un seguro de asistencia médico sanitaria

La categoría infantil y cadete de segunda se disputa con licencia escolar. Esta licencia no incluye asistencia médico deportiva. A aquellos jugadores que lo deseen le ofrecemos la posibilidad de contratar un seguro que cubra la asistencia médico sanitaria originada por la práctica del baloncesto.

El coste de este seguro optativo será de 45 €, que se cobrará en octubre junto con la cuota de entrada.

COSTE DE UN JUGADOR

A continuación enumeramos los costes medios anuales de un jugador de infantil a juvenil.

- Entrenador: 125 €
- Arbitraje: 45 €.
- Cuota de inscripción y costes federativos diversos: 15 €.
- Reconocimientos médicos (ver "Seguimiento médico"): 45 €.
- Desplazamientos en autobús (ver "Política de desplazamientos"): 130 €.
- Ropa: 40 €.
- Material deportivo: 15 €.
- Licencia federada: 50 € (solo equipos federados)

El coste medio de un jugador de baloncesto es **465 €**.



LA ROPA

Uno de los mayores quebraderos de cabeza en la gestión diaria de ZAST es la recogida de la ropa de juego. Somos cerca de 300 jugadores, entrenamos en 9 canchas diferentes, y es difícil recuperar la ropa de juego. Muchos jugadores desean disponer de su propia ropa.

Ante esta situación se ha decidido:

- Regalar una pantaloneta a cada jugador.
- Implantar una fianza de 25 € para la camiseta de juego.
- **Está fianza se recuperará entregando la camiseta en Antonianos la semana del 24 de Mayo de lunes a viernes de 19:00 a 20:00.**
- Regalar una sudadera de entrenamiento reversible para Navidades.

Asimismo, aquel que lo desee podrá adquirir chándal (pantalón y/o chaqueta) y sudadera de calle de ZAST.

CUOTA DEPORTIVA

La cuota anual de un jugador de baloncesto varia de **180 a 250 €** dependiendo de la categoría. En esta cuota se incluye la cuota de socio del ZKE del jugador.

Cuotas 2009/2010

CATEGORÍA	ITINERARIO	CUOTA 2008-2009	CUOTA 2009-2010	LICENCIA
<i>INFANTIL</i>	<i>PARTICIPACIÓN</i>	165 €	180 €	<i>ESCOLAR</i>
<i>CADETE</i>	<i>PARTICIPACIÓN</i>	180 €	190 €	<i>ESCOLAR</i>
<i>CADETE</i>	<i>RENDIMIENTO</i>	250 €	250 €	<i>FEDERADA</i>
<i>JUNIOR</i>	<i>PARTICIPACIÓN</i>	210 €	210 €	<i>FEDERADA</i>
<i>JUNIOR</i>	<i>RENDIMIENTO</i>	250 €	250 €	<i>FEDERADA</i>



Es decir, con esta cuota apenas se cubre el 50% de los gastos. Lo gastos restantes se cubren con subvenciones de los Ayuntamientos (Aia, Orio y Zarautz), y Diputación Foral de Gipuzkoa, colaboración de **Antoniano, La Salle** y **Orioko Ikastola**, y patrocinios privados entre los que destacan **Leihoak, Barcelo Bidaiak, Euskalduna** Taberna y Gabinete **Laguntza**.

DESCUENTOS

Se contemplan dos tipos de descuentos acumulables:

- 30 € por tener hermanos/as mayores que jueguen al baloncesto en el club en la presente temporada.
- 50 € por estar empadronado fuera de Zarautz (exceptuando el equipo de Orio).

El aumento del descuento a los jugadores de fuera de Zarautz, de 30 € a 50 €, es gracias a las ayudas de los Ayuntamientos de Aia y Orio.

FORMAS DE PAGO

Esta cuota se podrá pagar de tres formas:

- Domicialización bancaria con la siguiente distribución (incluyendo la fianza).

TOTAL	10-oct	10-nov	10-dic	10-ene	10-feb	10-mar	10-abr	10-may
180+25	50	15	15	65	15	15	15	15
190+25	60	15	15	65	15	15	15	15
210+25	50	20	20	65	20	20	20	20
250+25	60	25	25	65	25	25	25	25

- Realizando un ingreso en la cuenta corriente **2101 0076 56 0122083751**, dejando claro el nombre y apellido del jugador y la palabra **CUOTA**. En un pago único antes del 10 de octubre.



- Pagando en mano en la sede del Zarautz Kirol Elkarte (Nagusia 7, 1er piso, 943-831463). En un pago único antes del 10 de Octubre.

TELEFONOS DE INTERÉS

- Dan Lertxundi 630 846 835 Dirección Deportiva
- Josune Goenaga eta Jone Portularrume (ZKE-CDZ) 943 831463
Secretaría Lunes a viernes de 10:00 – 13:00 ; 17:00 – 19:00
- ZAINDU 943 833 355



Saskibaloia 2009-2010

Informazio orokorra eta kirol kuota

2009-09-21

ZAST: ZArauzko Saskibaloia Taldeak

ZAST (ZArauzko Saskibaloia Taldeak) ZARAUTZ KIROL ELKARTEko saskibaloia atala da. ZAST-ek Zarautz eta bere eskualdean saskibaloia bultzatzen du eta bere antolaketa egokiaz arduratzen da. ZASTek kirola partaideen giza-heziketa eta gizarte-loturak sendotzeko tresna egokia bezala ulertzen du.

Bere filosofia hurrengo esaldietan laburtu daiteke:

- **Partaidetza irekia** nahi duen eta konpromezu minimo bat hartzeko prest dagoen edonorentzat.
- Zarauzko gizartearekiko, eta bereziki kirolariekiko, **erantzukizuna**
- Kirolarien **kirol-heziketa** nahiz **giza-heziketa**
- Ahalik eta pertsona kopuru handienaren beharrak asetzeko kirol eskeintza **anitza**

ZASTEN BILAKAERA

ZASTek azken urteetan garapen ikusgarria erakutsi du **10 taldeetatik 30 taldeetara pasatuz.**

Taldeetatik gain ZAST adin ezberdinetara zuzendutako ekintza ugari antolatzeagatik ezaguna da, Udarako eta Eibarreko Kanpusak, Roses eta Tres Cantoseko Torneoak, Beteranoentzat Txapelketak, 3x3ak...

Aipatutako hazkundea azkarra eta desorekatua izan da. Ez gara iristen nahi dugun kalitatea ematera. Azken urteetan hobekuntza ugari ezarri ditugun arren lan asko egiteke dugula jakitun gara. Hobetzen jarraitzen tartean gabiltzun guzian arteko komunikazioa beharrezkoa da. Beraz guraso guziak animatu



nahiko genituzke galdetzerara, kritikatzera, aukerak proposatzera animatu nahiko genituzke. Hori da hobetzeko bidea.

GURASO ORDEZKARIA

Iaz talde batzutan guraso ordezkari bat izendatzen hasi ginen. Ordezkarri honen lanak hurrenak dira:

- Taldearen bilakaeraz dituen iritziak Zuzendaritza Batzordeari jakinerazi.
- Autobusa ez dagoen kasuetan bidaia antolatu.
- Kanpoko partidetara entrenatzailearekin batera heldu bat joan dadila bermatu.

PARTIDEN JOAN-ETORRIEN POLITIKA

Etetik kanpo jokatzeko den partida bakoitzerako autobus bat kontratatzeak koste oso handia litzateke (2.500 eta 3.500 € artean taldeko). Hori dela eta, ZASTek bidai asko, gurasoen laguntzaz, kotxez antolatzen ditu.

Dena den gero eta bidai gehiago autobuses egiten saiatzen gara. Astero astelehen edo astearterako jakinaraziko da ze partidetara joango den autobuses. Horretarako www.zast.es webgunea erabiliko da.

ENTRENAMENDU ORDUTEGIA

Hoekin batera entrenamendu kuadro bat banatuko zaizue. Behin betikoa izatea nahiko genuke, baina oraindik ez dakigu instalazio guzien erabilpena zein izango den. Beraz, hurrengo astetan aldaketaren bat egon daiteke. Aldaketa hauek www.zast.es-en bitartez jakineraziko dira.

Bestetik, kuadroan ikusi daitekeenez, 7 saio kanpoko instalazioetan izan beharko dute. Zarauzko kirolaren hazkundera ez da instalazioen hobekuntzan



isladatu eta gainera nolanhiko kudeaketak ez du dauden instalakuntzen optimizazioa bermatzen.

Egoera honen aurrean ulerpena eskatzen zaizue. Hurrengo denboraldietan arazoa desagertzen joango delakoan espero da.

HOBEKUNTZA ENTRENAMENDUAK

Entrenamendu eskasia gaindituz hobekuntzako hiru saio programatu ditugu. Saio hauek taldeen entrenamenduen osagarri dira eta prestaketa fisikoan oinarrituko dira. Aukerak hurrenak dira:

- Osteguna Antonianotan 19:45-21:00. 1995 eta 1993an jaiotako aukeratutako jokalariei zuzendua. Saioa Gorka Nuñez zuzenduko du. Ostegun honetan, irailak 24 hasiko gara.
- Astelehena 19:10-20:30 eta asteartea 18:00-19:10, bi saio, bat aukeratzeko eta infantilei zuzendua (1996 eta 1997an jaiotakoei). Interesatua dagoen edozein etorri daiteke baina jarraipen eta konpromezu bat eskatzen da eta Dan Lertxundiri deituz izenematea. Saioak Urriak 5 eta 6an hasiko dira. Saioak Aran Lertxundik eta Jon Sanzek eramango dituzte.

Talde hauek jarraipen eta konpromezu bat eskatzen dute, baina ez dute koste gehiagarririk.

ZAST ESKOLA

Eskola Kirola osatzeko asmoz aurten 1999 eta 1998an jaiotako haurrei zuzendutako saioa bat antolatuko dugu.

Saio hau ostegunetan egingo da Antonianotan 18:30tatik 19:45tara. Kostea urteko 100 €koa izango da, ohikoak ditugun beherapenekin (50 € zarauztik



kanpokoentzat eta 30 € jokalarien anai arrebei). Saio hauek noiz behinka lehiaketaren batekin osatuko da.

Saioak Urriak 1ean hasiko dira.

JARRAIPEN MEDIKUA

Zarauz Kirol Elkarteko saskibaloia atalak ZAINDU medikuntza zentruarekin batera, jarraipen medikoko programa bat darama. Programa honen arabera, bi urtean behin jokolari bakoitzari azterketa mediko bat egingo zaio.

Denboraldi honetan urte bakoitietan jaiotakoek egingo dute (97, 95, 93).

Ordua hartzeko nahikoa da 943 833355 telefonora deitzea. Dagoeneko 95 eta 93an jaiotakoak hasi daitezke orduak hartzen. Urtarrilatik aurrera 1997an jaiotakoen txanda izango da. Azterketa mediku hauen kostea urteko kirol kuotaren barne datoz. Azterketa medikuaren ezaugarriak ezagutu ahal izateko www.zaindu.com webgunea bisita dezakezue.

KIROL ASEGURU eta LAGUNTZA MEDIKUA

Klubeko jokolari guzietan ZAINDU kontsulta dohainik dute.

Junior taldeek eta kadeteko lehen mailako taldeek lizentzia federatuarekin jokatzen dute. Infantil eta kadeteetako beste taldeek berriz eskola kiroleko lizentziarekin jokatzen dute. Lizentzi honek ez du asistentzia medikorik. Saskibaloia atalak nahi duten jokalariei aseguru mediku pribatu bat alokatzeko aukera eskeintzen dio.

Kirol aseguru honen kostea 45 €-koa izango da, urrian kobratua izango dena sarrera kuotarekin batera.



ZENBAT KOSTATZEN DU JOKALARI BATEK?

Ondoren infantiletatik jubeniletara jokalaria batek urteko zenbat kostatzen den laburbiltzen da:

- Entrenatzailea: 125 €.
- Arbitrajea: 45 €
- Izenemate kuota eta beste gastu federatiboak: 15 €.
- Azterketa medikuak (ikus "Jarraipen medikua"): 45 €.
- Joan-etorriak autobusez (ikus "Joan-etorrien politika"): 130 €
- Ekipaia: 40 €.
- Kirol Materiala: 15 €.
- Lizentzia 50 € (talde federatuetan bakarrik)

Beraz jokalaria bakoitzak urteko **465** € kostatzen da batz bestea.

ERROPA

Klubeko buruhausterik handienetako erropa jasotzea da. 300 jokalarietatik gora gara, 9 kantxa ezberdinetan entrenatzen dugu eta zaila egiten zaigu erropa jasotzea. Bestetik jokalaria askok beraien erroparekin geratu nahi dute.

Egoera honen aurrean hurrengo erabakiak hartu ditugu:

- Galtzak opari doaz, banatuko direnak bakoitzak geratuko da.
- 25 €ko fiantza bat jarriko da.



- Fiantza hau berreskuratzeko erropa Maiatzak 24ko astean, astelehenetik ostiralera, 19:00tatik 20:00tara kamiseta Antonianotan entregatu beharko da.
- Gabonetan jokalaria bakoitzari sudadera errebersible bat oparituko zaio.

Bestetik nahi duenak txandala eta kalerako sudadera erosi ahal izango du.

KIROL KUOTA

Urteko kirol kuota **180 € eta 250 €** artean egongo da mailaren arabera. Kuota honen barruan ZKEko bazkide kuota barne dago.

Kirol kuota 2009/2010

MAILA	BIDEA	IAZ	AURTEN	LIZENTZI MOTA
INFANTIL	PARTAIDETZA	165 €	180 €	ESKOLARRA
CADETE	PARTAIDETZA	180 €	190 €	ESKOLARRA
CADETE	ERRENDIMENDUA	250 €	250 €	FEDERATUA
JUNIOR	PARTAIDETZA	210 €	210 €	FEDERATUA
JUNIOR	ERRENDIMENDUA	250 €	250 €	FEDERATUA

Ondorioz, kuota honekin taldearen gastuen %50-a betetzea bakarrik lortzen da. Beste gastu guztiak ondorengo laguntzen bitartez lortzen dira: Aiako, Orioko eta Zarauzko Udalen eta Gipuzkoako Foru Aldundiaren dirulaguntzak, **Antoniano, La Salle eta Orioko Ikastola**-ren ekarpena eta babes pribatuak, horietatik **Leihoak, Barcelo Bidaiak, Euskalduna** Taberna eta Gabinete **Laguntza** nabarmenduz.

BEHERAPENAK

Bi beherapen daude:



