



# 2021-2022 IKASTURTEKO PASAIA BADIA AKTIBOKO MEMORIA



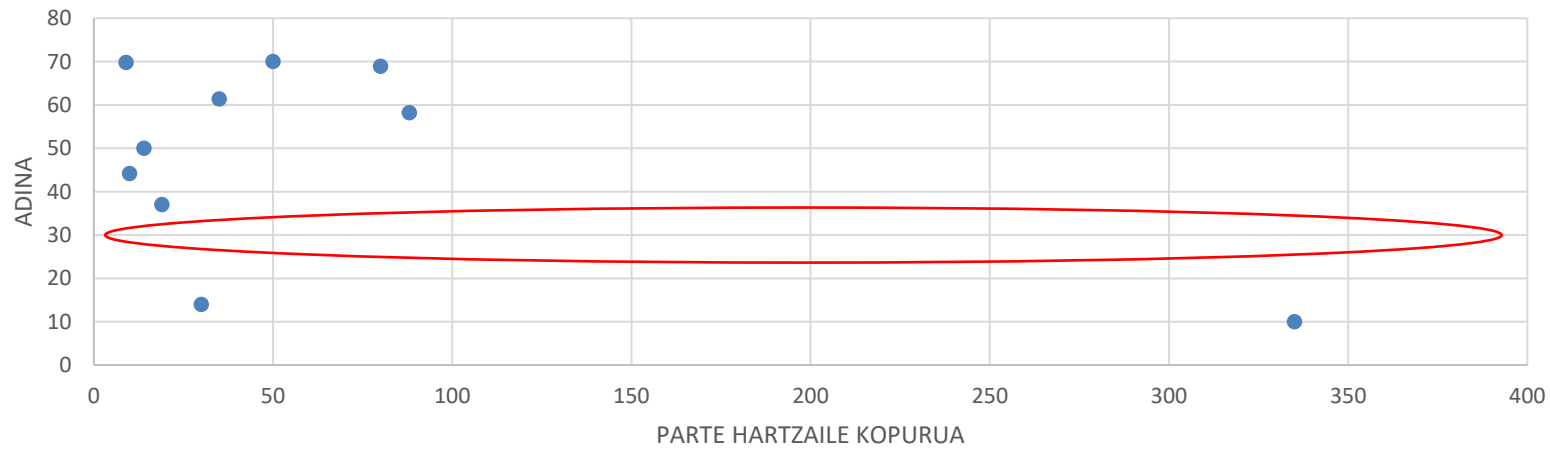
# AURKIBIDEA

1. Pasaia Badia Aktiboko jardueren inpaktua biztanleen adin profil taldeetan	2
2. Eskola Kiroleko datuak eta grafikoak	3
3. Pasaia Kirol Badia Klubeko (PKB) datuak eta grafikoak	7
4. Makilfiteko datuak eta grafikoak	8
5. Heldufiteko datuak eta grafikoak	9
6. Tipi-tapako datuak eta grafikoak	10
7. Covidfiteko datuak eta grafikoak	11
8. Parkfiteko datuak eta grafikoak	12
9. Emakume korrikalarien datuak eta grafikoak	13
10. Jarduera Fisikoa eta Kirolaren Orientazio Zerbitzuko datuak eta grafikoak	14
11. PBAko talde multidiziplinarreko datuak eta grafikoak	18
12. Balorazio subjektiboa	20

PASAIA BADIA AKTIBOA 2020-2021 JARDUEREN ESKAINTZA ADIN TARTEKA

	EMAKUMEAK	GIZONAK	GUZTIRA	BB ADINA
ESKOLA KIROLA	134	201	335	10
PKB	16	14	30	14
MAKILFIT	33	2	35	61,38
HELDUFIT	70	10	80	68,96
TIPI-TAPA	41	9	50	70
COVIDFIT	5	4	9	69,8
PARKFIT	12	2	14	50
EMAKUME KORRIKALARIAK	19	0	19	37
JKOZ	48	40	88	58
ZERBITZU MULTIDIZIPLINARRA	4	6	10	44

JARDUERETAKO PARTE HARTZAILE KOPURUA ADINKA

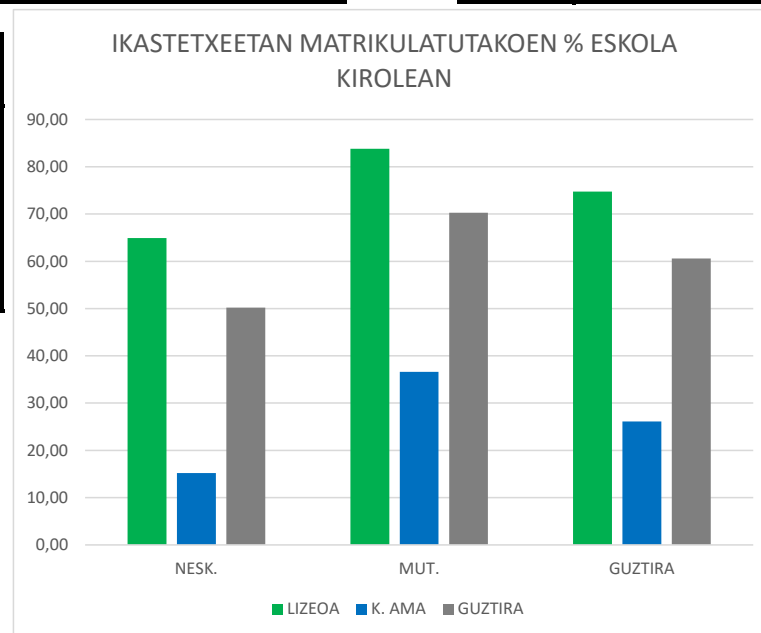


## PASAIA BADIA AKTIBOKO ESKOLA KIROLA 2020-2021

2020-2021	PARTE HARTZAILEAK					
	GUZTIRA ESKOLA KIROLEAN			GUZTIRA MATRIKULATUAK		
	NESKAK	MUTILAK	GUZTIRA	NESKAK	MUTILAK	GUZTIRA
LIZEOA	122	171	293	188	204	392
K. AMA	12	30	42	79	82	161
GUZTIRA	134	201	335	267	286	553

2020-2021	TALDE KOPURUAK		
	BENJAMIN		
	AK	ALEBINAK	GUZTIRA
LIZEOA	16	15	31
K. AMA	2	1	3
GUZTIRA	18	16	34

2020-2021	MATRIKULATUEN % ESK. KIROLEAN		
	NESK.	MUT.	GUZTIRA
	LIZEOA	64,89	83,82
K. AMA	15,19	36,59	26,09
GUZTIRA	50,19	70,28	60,58

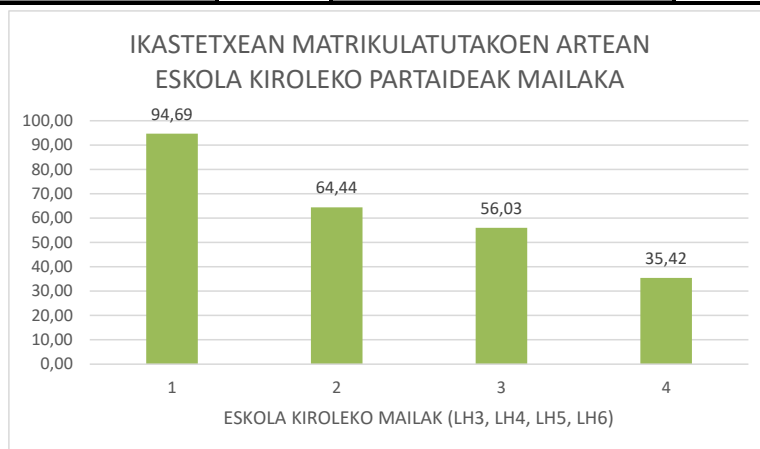


**PASAIA BADIA AKTIBOKO ESKOLA KIROLA 2020-2021**

2020-2021	BENJAMINAK											
	3. MAILA				4. MAILA				GUZTIRA			
	MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA		MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA		MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA	
	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.
LIZEOA	45	29	55	40	48	47	45	29	93	76	100	69
K. AMA	21	18	8	4	22	18	12	1	43	36	20	5
GUZTIRA	66	47	63	44	70	65	57	30	136	112	120	74

2020-2021	MATRIKULATUEN % 3.MAILAN			2020-2021	MATRIKULATUEN % 4.MAILAN			2020-2021	MATRIKULATUEN % BENJAMINETAN		
	NESK.	MUT.	GUZTIRA		NESK.	MUT.	GUZTIRA		NESK.	MUT.	GUZTIRA
LIZEOA	137,93	122,22	128,38	LIZEOA	61,70	93,75	77,89	LIZEOA	90,79	107,53	100,00
K. AMA	22,22	38,10	30,77	K. AMA	5,56	54,55	32,50	K. AMA	13,89	46,51	31,65
GUZTIRA	93,62	95,45	94,69	GUZTIRA	46,15	81,43	64,44	GUZTIRA	66,07	88,24	78,23

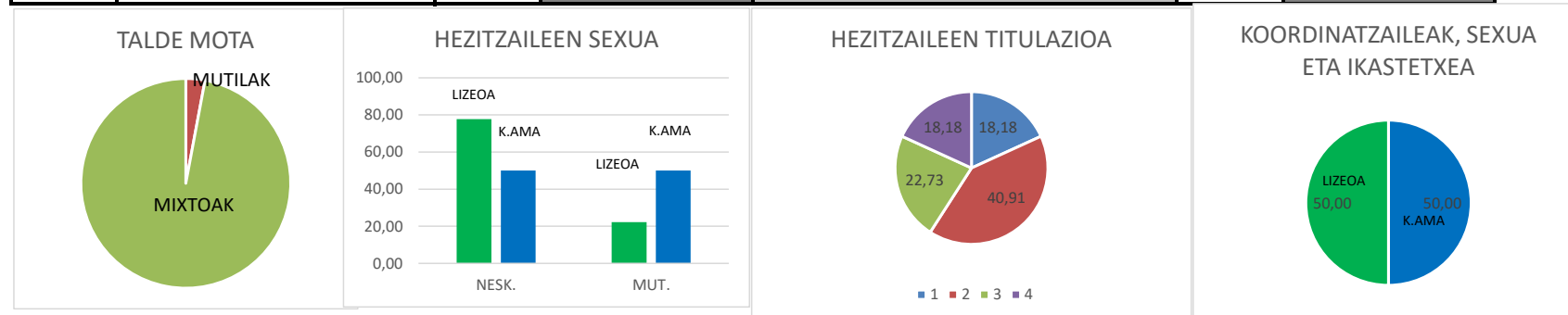
2020-2021	KUOTA URTEKO
LIZEOA	80 €
K. AMA	60 €
BB	70 €



PASAI BADIA AKTIBOKO ESKOLA KIROLA 2020-2021

TALDE MOTA				HEZITZAILEAK EMAKUME			HEZITZAILEEN TITULAZIOA				KOORDINATZAILEAK EMAKUME		
NESKA	MUTIL	MISTOAK	GUZTIRA	GIZONAK	AK	GUZTIRA	FORMAKU NTZA	BESTE (1) ON LINE MAGISTERI TZA edo	MAGISTERI TZA edo		GIZONAK	AK	GUZTIRA
0	1	30	31	2	7	9	4	8	5	2	1		1
0	0	3	3	1	1	2	0	1	0	2	1		1
0	1	33	34	3	8	11	4	9	5	4	1	1	2

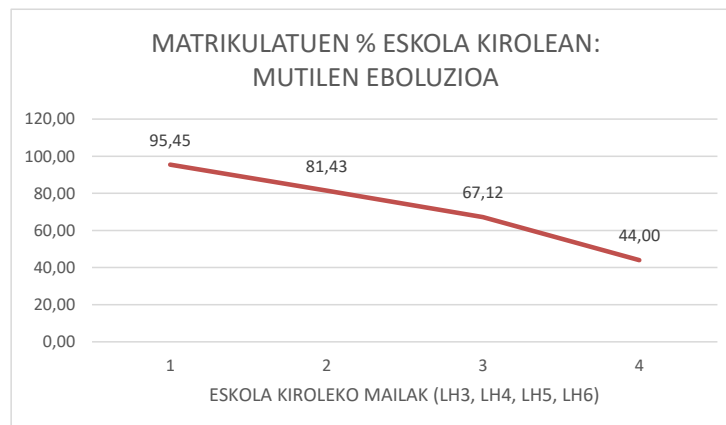
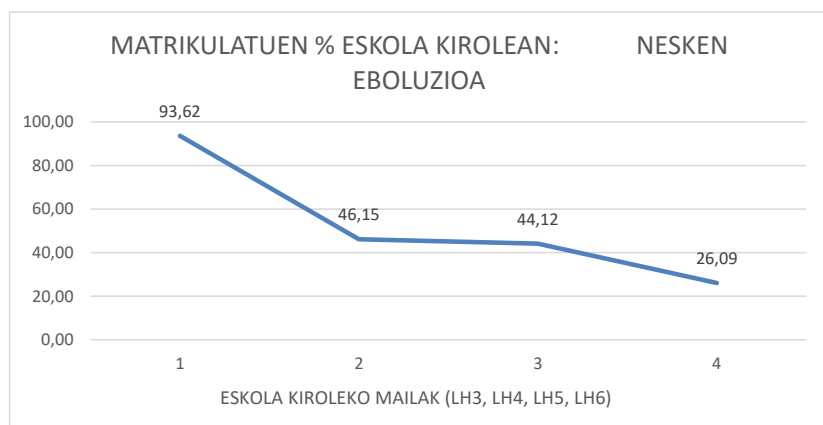
TALDE MOTA %				HEZITZAILEEN %		HEZITZAILEEN TITULAZIOA %				KOORDINATZAILEAK %			
2020-2021	N taldea %	M taldea %	Mixto %	2020-2021	NESK.	MUT.	(1) GURE FORMAKU NTZA	(2) ON LINE	(3) TAFYD / (4)H.F. BESTE MAGISTERI TZA edo JFKZ	MAGISTERI TZA edo	2020-2021	NESK.	MUT.
LIZEOA	0,00	3,23	96,77	LIZEOA	77,78	22,22	18,18	36,36	22,73	9,09	LIZEOA	100,00	0,00
K. AMA	0,00	0,00	100,00	K. AMA	50,00	50,00	0,00	0,00	0,00	10,00	K. AMA	0,00	100,00
GUZTIRA	0,00	2,94	97,06	GUZTIRA	72,73	27,27	18,18	40,91	22,73	18,18	GUZTIRA	50,00	50,00



## PASAIA BADIA AKTIBOKO ESKOLA KIROLA 2020-2021

ALEBINAK											
5. MAILA				6. MAILA				GUZTIRA			
MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA		MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA		MATRIKULATUAK		ESK. KIROLA	
MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.	MUT.	NESK.
51	50	42	26	58	44	30	15	109	94	72	41
22	18	7	4	17	25	3	3	39	43	10	7
73	68	49	30	75	69	33	18	148	137	82	48

2020-2021	MATRIKULATUEN % 5.MAILAN			2020-2021	MATRIKULATUEN % 6.MAILAN			2020-2021	MATRIKULATUEN % ALEBINETAN		
	NESK.	MUT.	GUZTIRA		NESK.	MUT.	GUZTIRA		NESK.	MUT.	GUZTIRA
LIZEOA	52,00	82,35	67,33	LIZEOA	34,09	51,72	44,12	LIZEOA	43,62	66,06	24,70
K. AMA	22,22	31,82	27,50	K. AMA	12,00	17,65	14,29	K. AMA	0,00	16,28	13,21
GUZTIRA	44,12	67,12	56,03	GUZTIRA	26,09	44,00	35,42	GUZTIRA	0,00	35,04	21,92

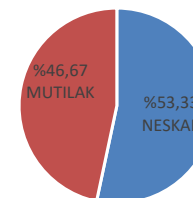


## PASAIA BADIA AKTIBOKO PKB

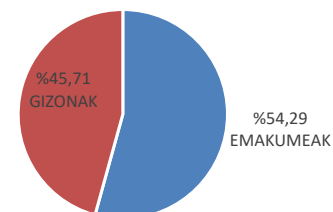
	NESKAK		MUTILAK		GUZTIRA	
	KOP	%	KOP	%	KOP	%
PARTE HARTZAILE KOPURUA HASIERAN	16	53,33	14	46,67	30	100
PARTE HARTZAILE KOPURUA AMAIERAN	19	54,29	16	45,71	35	100
GALERA EDO IRABAZIA	3	18,75	2	14,2857	4	13,33
	<b>PKB1</b>		<b>PKB2</b>		<b>PKB3</b>	<b>GUZTIRA</b>
SAIO KOPURU PRESENTZIALAK	57		57		57	171
JARDUERA FISIKO MOTA EZBERDIN KOP.						30
EZAGUTZA, PREBENTZIO, SEGURTASUN ETA BIDEO EDIZIO SAIOAK						3



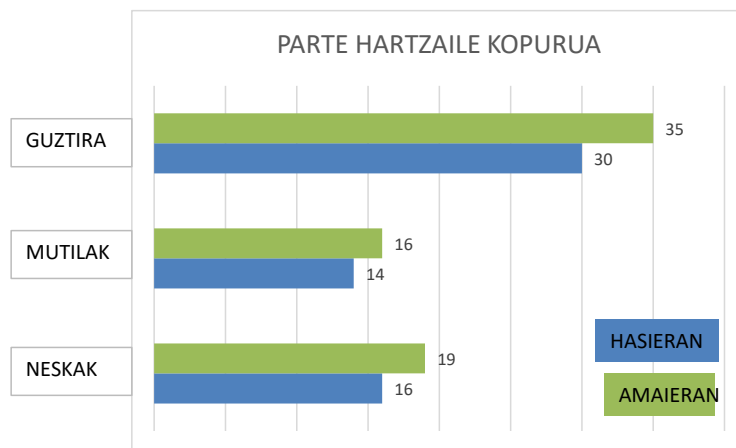
### PARTE HARTZAILE KOPURUA HASIERAN



### PARTE HARTZAILE KOPURUA AMAIERAN



### PARTE HARTZAILE KOPURUA

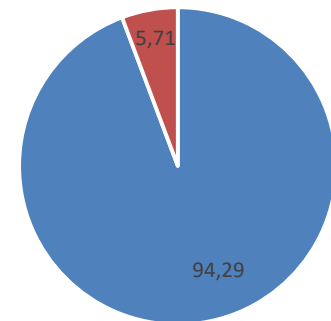




<b>PASAIA BADIA AKTIBOKO</b>			
<b>MAKILFIT</b>		<b>PERTSONAK</b>	<b>%</b>
EMAKUMEA		33	94,29
GIZONEZKOAK		2	5,71
GUZTIRA		35	100
SAIO KOPURUA		44	-
SAIOETAN ASIST.MAX		21	-
SAIOETAN ASIST.MIN		3	-
BATAZ BESTE SAIOETAN ASISTENTZIA		11	-
P.DONIBANE		6	19,35
P.SAN PEDRO		3	9,68
TRINTXERPE		6	12,90
P.ANTXO		9	29,03
BESTEAK		9	29,03
BB ADINA		61,38	-

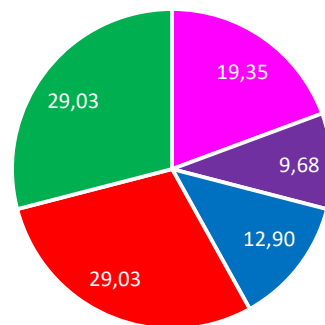


SEXUA



■ EMAKUMEA ■ GIZONEZKOAK

BARRUTIKA

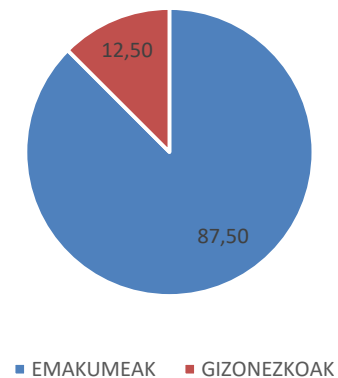


■ P.DONIBANE ■ P.SAN PEDRO ■ TRINTXERPE ■ P.ANTXO ■ BESTEAK

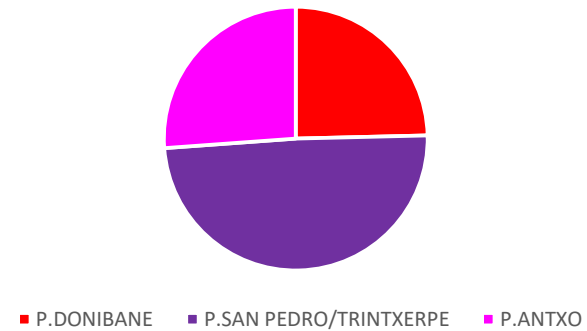
<b>PASAIA BADIA AKTIBOKO HELDUFIT</b>	<b>PERTSONAK</b>	<b>%</b>
EMAKUMEA	70	87,50
GIZONEZKOAK	10	12,50
GUZTIRA	80	100
SAIO KOPURUA	29	-
SAIOETAN ASIST.MAX	21	-
SAIOETAN ASIST.MIN	11	-
BATAZ BESTE SAIOETAN ASIST.	14	-
P.DONIBANE	30	24,62
P.SAN PEDRO/TRINTXERPE	25	49,23
P.ANTXO	21	26,15
BB ADINA	68,96	-

\*HELDUFIT P. San Pedroko Udal Gimnasialekuan egin da, ohikoa baino denbora luzeagoan, iazko ikasturtean Trintxerpeko Alkateordetzan egiten ziren saioak bertan egin baitira.

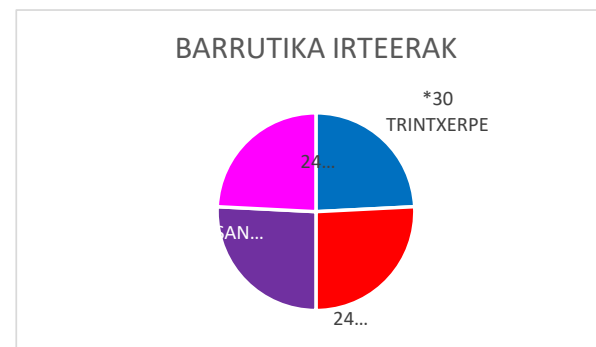
SEXUA



BARRUTIKA



PASAIA BADIA AKTIBOKO <b>TIPI TAPAK</b>				SAIO KOP.
<b>TRINTXERPEKO IRTEERETAKO DATUAK</b>				<b>30</b>
	<b>GIZONAK</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	<b>GUZTIRA</b>	
BB ASISTENTZIA	1	5	6	
ASIST. MAX	1	7	8	
ASIST. MIN.	1	5	6	
<b>DONIBANEKO IRTEERETAKO DATUAK</b>				<b>32</b>
	<b>GIZONAK</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	<b>GUZTIRA</b>	
BB ASISTENTZIA	0	9	9	
ASIST. MAX	2	12	14	
ASIST. MIN.	0	6	6	
<b>SAN PEDROKO IRTEERETAKO DATUAK</b>				<b>32</b>
	<b>GIZONAK</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	<b>GUZTIRA</b>	
BB ASISTENTZIA	1	5	6	
ASIST. MAX	1	7	9	
ASIST. MIN.	0	3	3	
<b>P.ANTXOKO IRTEERETAKO DATUAK</b>				<b>30</b>
	<b>GIZONAK</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	<b>GUZTIRA</b>	
BB ASISTENTZIA	5	10	15	
ASIST. MAX	5	15	22	
ASIST. MIN.	3	6	10	



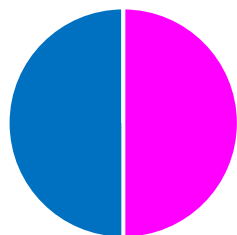
\*Ikasturte hasieran, nahiz eta JFKOZko arduradunaren presentzia ez egon, martxan jarri ziren. Neurri murriztaileekin batera, jarduera bertan behera utzi zuten eta ondoren lagun talde gisa ateratzen hasi ziren baina ez Tipi-tapa taldea bezala. Horregatik falta dira datuak.

## PASAIA BADIA AKTIBOKO COVIDFIT

	PERTSONAK	%
EMAKUMEAK	5	55,56
GIZONEZKOAK	4	44,44
GUZTIRA	9	100
SAIO KOPURUA	60	-
SAIOETAN ASIST.MAX	6	-
SAIOETAN ASIST.MIN	1	-
BATAZ BESTE SAIOETAN ASIST.	4	-
P.DONIBANE	1	50
P.SAN PEDRO	0	0
TRINTXERPE	6	50
P.ANTXO	2	0
BB ADINA	69,8	-

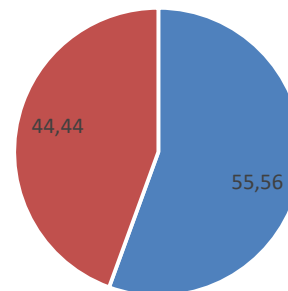


### BARRUTIKA



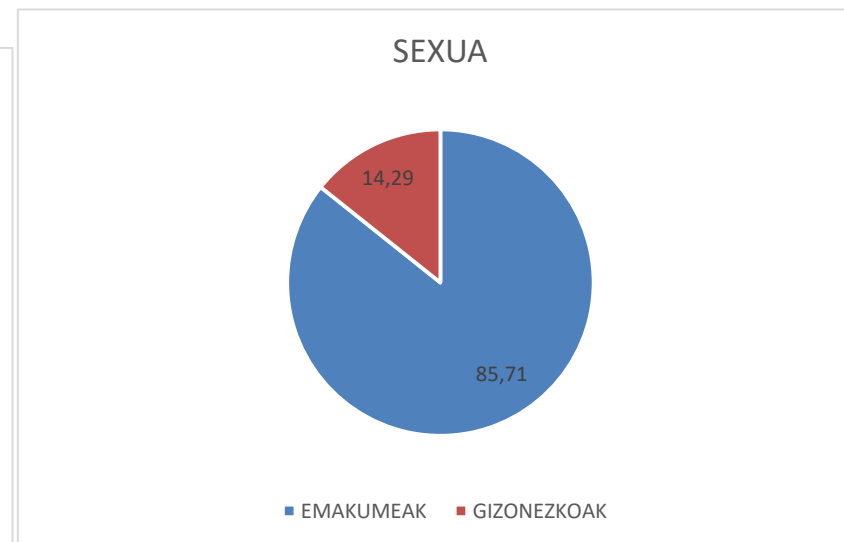
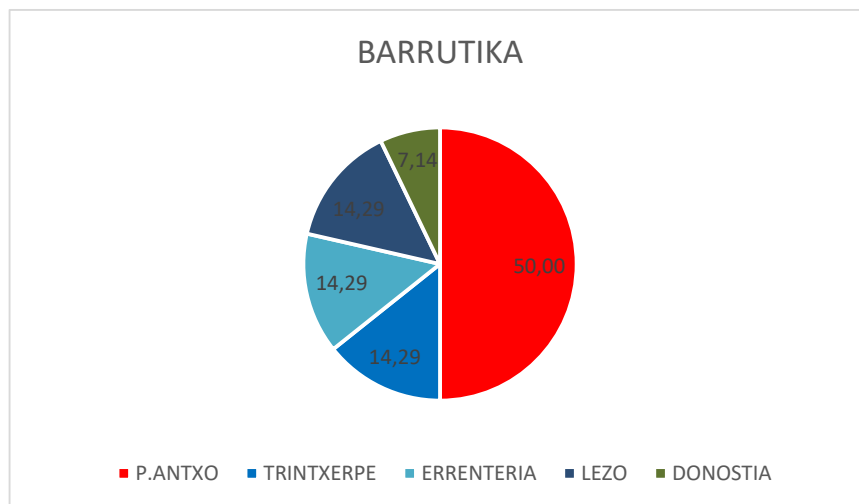
■ P.DONIBANE ■ P.SAN PEDRO ■ TRINTXERPE ■ P.ANTXO

### SEXUA

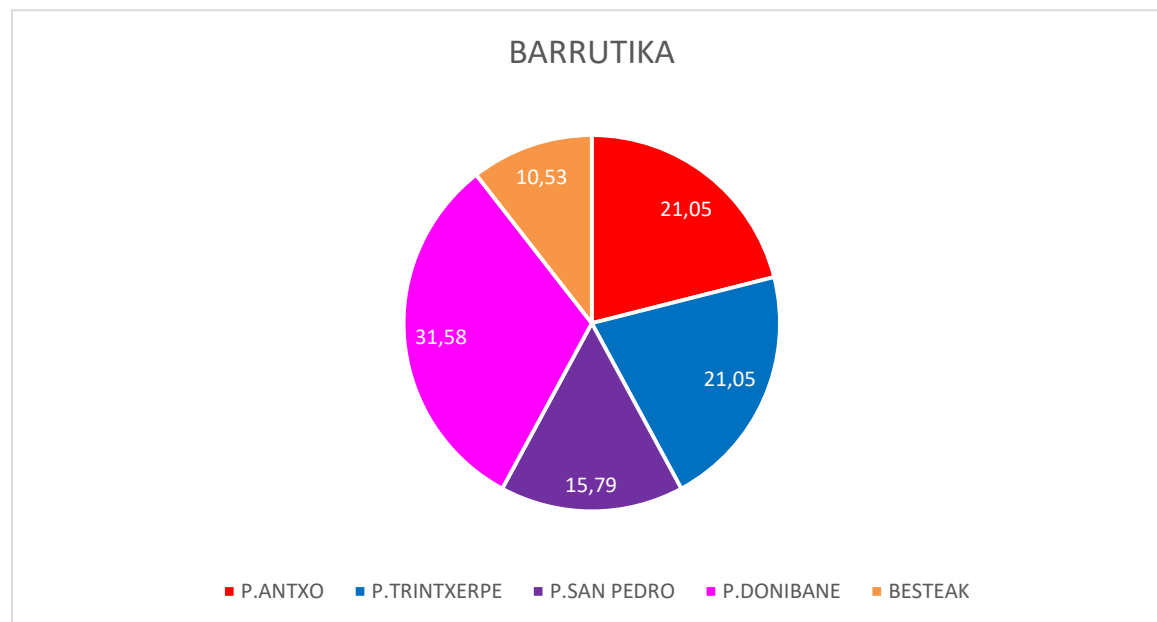


■ EMAKUMEAK ■ GIZONEZKOAK

PASAIA BADIA AKTIBOKO PARKFIT		
	PERTSONAK	%
EMAKUMEAK	12	85,71
GIZONEZKOAK	2	14,29
GUZTIRA	14	100
P.ANTXO	7	50,00
TRINTXERPE	2	14,29
ERRETERIA	2	14,29
LEZO	2	14,29
DONOSTIA	1	7,14
BB ADINA	50	-

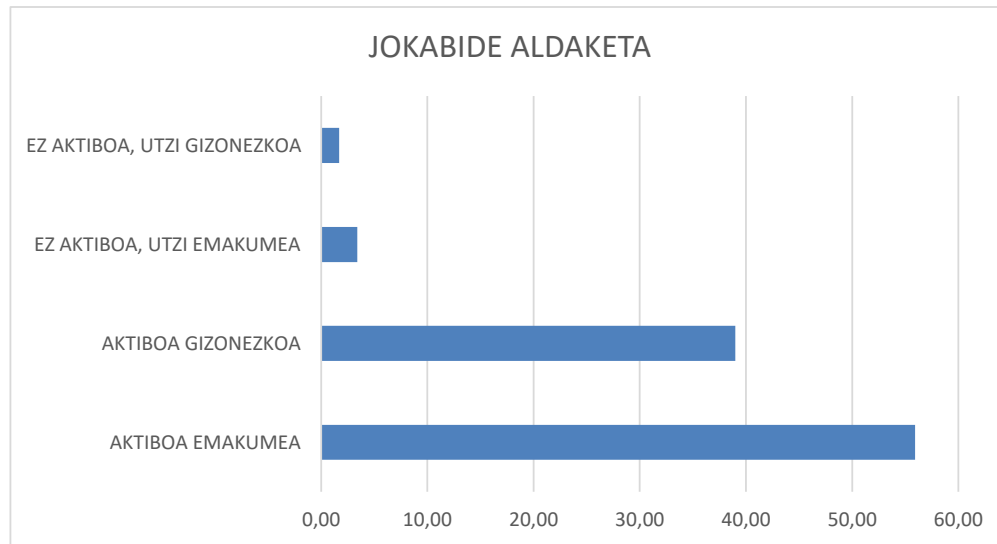


<b>PASAIA BADIA AKTIBOKO</b>			
<b>EMAKUME KORRIKALARIAK</b>		<b>PERTSONAK</b>	<b>%</b>
EMAKUMEAK		19	100,00
GUZTIRA		19	100
P.ANTXO		4	21,05
P.TRINTXERPE		4	21,05
P.SAN PEDRO		3	15,79
P.DONIBANE		6	31,58
BESTEAK		2	10,53
BB ADINA		37	-



		<b>PASAIA BADIA AKTIBOKO JFKOZ</b>	
		<b>PERTSONAK</b>	<b>%</b>
	<b>GUZTIRA</b>	88	-
<b>SEXUA</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	48	54,55
	<b>GIZONEZKOAK</b>	40	45,45
<b>ADINA</b>	<b>BATAZ BESTEKO ADINA</b>	58	-
<b>DERIBAZIOAK NONDIK?</b>	<b>OSAKIDETZA</b>	50	64,10
	<b>GIZARTE EKINTZA</b>	20	25,64
	<b>OSASUN MENTALA</b>	3	4,92
	<b>PARKFIT</b>	0	0,00
	<b>HAUSKOR</b>	4	5,13
	<b>ELIZGAIN</b>	8	13,79
	<b>ADINKIDE</b>	0	0,00
	<b>IKASTETXEAK</b>	1	1,28
	<b>INFORMAZIO PUBLIKOA</b>	3	3,85
<b>DERIBAZIOAK. NORA?</b>	<b>1.AUTONOMO BARNE. KIROLDEGIA</b>	22	25,00
	<b>2.AUTONOMO KANPO. KALEA</b>	48	54,55
	<b>3.ANTOLATU BARNE. KIROLDEGIA (sortutako jarduerak barne)</b>	5	5,68
	<b>4.ANTOLATU BARNE.ELKARTEAK</b>	4	4,55
	<b>5.ANTOLATU KANPO. TIPI TAPA</b>	3	3,41
	<b>6.BESTEAK</b>	6	6,82
<b>BARRUTIAK</b>	<b>P.DONIBANE</b>	25	28,41
	<b>P.SAN PEDRO</b>	3	3,41
	<b>TRINTXERPE</b>	33	37,50
	<b>P.ANTXO</b>	27	30,68
<b>JOKABIDE ALDAKETA</b>	<b>AKTIBOA EMAKUMEA</b>	33	55,93
	<b>AKTIBOA GIZONEZKOA</b>	23	38,98
	<b>EZ AKTIBOA, UTZI EMAKUMEA</b>	2	3,39
	<b>EZ AKTIBOA, UTZI GIZONEZKOA</b>	1	1,69

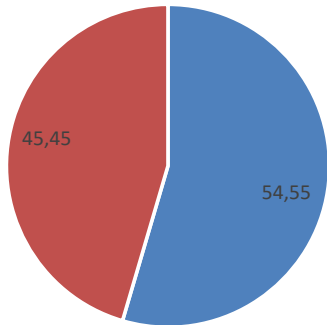
## PASAIA BADIA AKTIBOKO JFKOZ





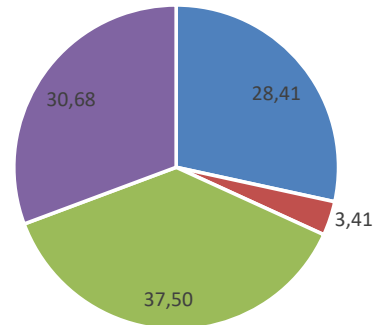
## PASAIA BADIA AKTIBOKO JFKOZ

### SEXUA



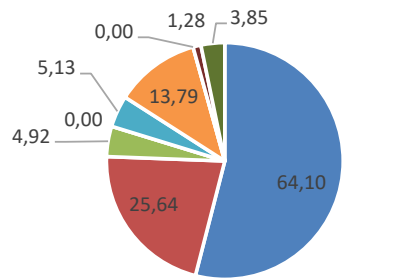
■ EMAKUMEA ■ GIZONEZKOAK

### BARRUTIAK



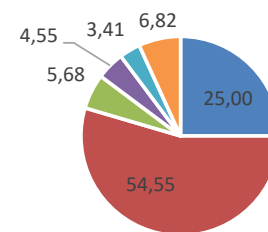
■ P. DONIBANE ■ P. SAN PEDRO ■ TRINTXERPE ■ P. ANTZO

### DERIBAZIOAK NONDIK?



■ OSAKIDETZA ■ GIZARTE EKINTZA  
 ■ OSASUN MENTALA ■ PARKFIT  
 ■ HAUSKOR ■ ELIZGAIN  
 ■ ADINKIDE ■ IKASTETXEAK  
 ■ INFORMAZIO PUBLIKOA

### DERIBAZIOAK. NORA?



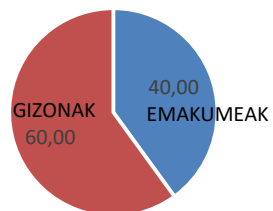
■ 1. AUTONOMO BARNE. KIROLDEGIA  
 ■ 2. AUTONOMO KANPO. KALEA  
 ■ 3. ANTOLATU BARNE. KIROLDEGIA (sortutako jarduerak barne)  
 ■ 4. ANTOLATU BARNE. ELKARTEAK  
 ■ 5. ANTOLATU KANPO. TIPI TAPA  
 ■ 6. BESTEAK



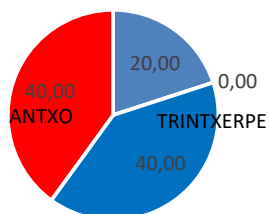
		<b>PASAIA BADIA AKTIBOKO ZERBITZU MULTIDIZIPLINARRA</b>	
		<b>PERTSONAK</b>	<b>%</b>
	<b>GUZTIRA</b>	10	-
<b>SEXUA</b>	<b>EMAKUMEAK</b>	4	40,00
	<b>GIZONEZKOAK</b>	6	60,00
<b>ADINA</b>	<b>BATAZ BESTEKO ADINA</b>	44,2	-
<b>DERIBAZIOAK NONDIK?</b>	<b>OSAKIDETZA</b>	10	100,00
	<b>GIZARTE EKINTZA</b>	0	0,00
	<b>PARKFIT</b>	0	0,00
	<b>ARRATS</b>	0	0,00
	<b>ADINKIDE</b>	0	0,00
	<b>EZAGUN BAT</b>	0	0,00
	<b>INFORMAZIO PUBLIKOA</b>	0	0,00
<b>DERIBAZIOAK. NORA?</b>	<b>1.AUTONOMO BARNE. KIROLDEGIA</b>	4	40,00
	<b>2.AUTONOMO KANPO. KALEA</b>	4	40,00
	<b>3.ANTOLATU BARNE. KIROLDEGIA (sortutako jard</b>	1	10,00
	<b>4.ANTOLATU BARNE.ELKARTEAK</b>	1	10,00
	<b>5.ANTOLATU KANPO. TIPI TAPA</b>	0	0,00
	<b>6.BESTEAK</b>	0	0,00
<b>BARRUTIAK</b>	<b>P.DONIBANE</b>	2	20,00
	<b>P.SAN PEDRO</b>	0	0,00
	<b>TRINTXERPE</b>	4	40,00
	<b>P.ANTXO</b>	4	40,00
<b>JOKABIDE ALDAKETA</b>	<b>AKTIBOA EMAKUMEA</b>	4	40,00
	<b>AKTIBOA GIZONEZKOA</b>	6	60,00
	<b>EZ AKTIBOA, UTZI EMAKUMEA</b>	0	0,00
	<b>EZ AKTIBOA, UTZI GIZONEZKOA</b>	0	0,00
<b>ZERBITZ UAREN ERABILE RA</b>	<b>PSIKOLOGOA ETA NUTRIZIONISTA</b>	4	40
	<b>PSIKOLOGOA BAKARRIK</b>	2	20
	<b>NUTRIZIONISTA BAKARRIK</b>	4	40

## PASAIA BADIA AKTIBOKO ZERBITZU MULTIDIZIPLINARRA

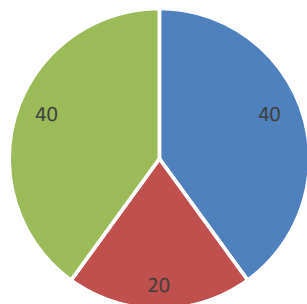
### SEXUA



### BARRUTIAK

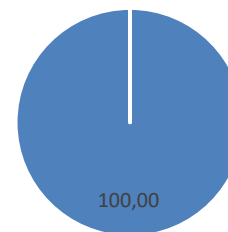


### ZERBITZUAREN ERABILERA



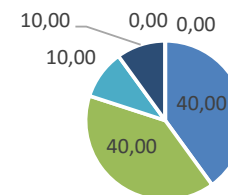
■ PSIKOLOGOA ETA NUTRIZIONISTA ■ PSIKOLOGOA BAKARRIK ■ NUTRIZIONISTA BAKARRIK

### DERIBAZIOAK. NONDIK?



■ OSAKIDETZA ■ GIZARTE EKINTZA ■ PARKFIT  
 ■ ARRATS ■ ADINKIDE ■ EZAGUN BAT  
 ■ INFORMAZIO PUBLIKOA

### DERIBAZIOAK. NORA?



■ 1.AUTONOMO BARNE. KIROLDEGIA  
 ■ 2.AUTONOMO KANPO. KALEA  
 ■ 3.ANTOLATU BARNE. KIROLDEGIA (sortutako jarduerak barne)  
 ■ 4.ANTOLATU BARNE.ELKARTEAK  
 ■ 5.ANTOLATU KANPO. TIPI TAPA  
 ■ 6.BESTEAK

PASAIA BADIA AKTIBOA 2020-2021 JARDUEREN BALORAZIO SUBJEKTIBOA

	ERABILTZAILEAK	ORIENTATZAILEA	ERRONKAK edota HELBURUAK
<b>ESKOLA KIROLA</b>	<p>Izan diren jarduera fisiko eta kirol eskaintza anitzari erantzun positiboa eman diete haurrek. Beti bezala guraso batzuk espezializazioaren alde daude. Beste batzuk asteburuetan ez dute jarduerarik izatea nahi, ez hain maiz behintzat.</p>	<p>Pasaia-Lezo Lizeoarekin komunikazioa ezinhobea izan da. K.Amakoeekin ez da hain ona izan ordea eta urtean zeharreko jarraipena egitea kostatu egin da. Datorren ikasturtean K.Amako GH irakaslea zentroz aldatuko da, beraz ikastetxe horretan gertuago egon beharko dugu. Eskualde mailan, taldeen genero eta multzokatzeekin arazoak izan dira. Datorren urterako talde misto edo bereziak izatearen zalatza eta eztabaida sortu da, gehiengoak ahal bada neska talde eksklusiboak ateratzearen apostua egingo duelarik. Begiraleen gidarekin jarraitu beharra dagoela iruditzen zait.</p>	<p>K.Ama ikastetxera iritsiko den GH irakaslea "formatzea" Lizeoko begiraleekin lanketa sakonagoa egitea EK taldeen multzokatze orekatua lortzea Begirale gida osatzea, gutxieneko jarrera baldintzekin batez ere.</p>
<b>PKB</b>	<p>Jarduerak eta begiraleak positiboki baloratu dituzte orokorrean parte hartzaileek bai gurasoek. Ikasle batek esperimentaziorako denbora gehiago eskatu du. PKB1 eta 2ko parte hartzaileek klub edota talde izaera nabarmentzen dute, baina zenbaiten gurasoek ez dute horrela ikusten (ikasturte guztian gauza bera egingo duten talde batean izen ematea nahi dute). PKB3ko guraso batek aurten fundamentu gutxi izan dela aipatu du egin diren moldaketa ezberdinengatik (ordua, saioen diseinua...) bere alaba azkenean kostata joan dela zehaztuz.</p>	<p>Urte osoa aurrera eramateko gai izan gara. PKB1 taldea izan da kudeatzeko lan handiena eman duena. PKB3 taldea kopuruz murrizta izan da, zenbait kasutan asistentzia faltagatik saioa aurrera eramateko "arazoak" sorraraziz, batzuk konpromiso eskasa izan dute. Guraso, elkarte eta kanpo eragileekin komunikazioa erraza eta egokia izan da. PKB3ko DBHko bigarren zikloko guraso batzuk datorren ikasturterako kirol taldeetako orientazioa eskatu dute.</p>	<p>Jarduera batzuetan izan diren kanpo begiraleak kontuan hartuta, Elkarte horrekin lan egin behar den edo ez, edo nola egin erabakia hartu Talde txikien inguruko erabakiak hartu Jada ekipaia duten parte hartzaileen inguruko erabakiak hartu (beste ekipaia bat eman edo ez...) Pasai Antxoko Ibaiondo pilotalekuan IZANFIT gazte-helduentzako ordainpeko saioak eskaintzea.</p>

<b>MAKILFIT</b>	<p>Oso positibokin baloratutako jarduera izan da, gogotsu aurkitu dira jarduera izan dugun bakoitzean, hainbat partehartzaileentzat asteko egunik gogokoen bihurtu da osteguna, makilfit jarduera egun honetan burutzen dugulako. Azaroa aldean pare bat partehartzailek jarduera orduz aldatzeko esan zidaten, segituan iluntzen bait zuen. Esan nien ordutegia espezifikoki diseinatu genuela lanean ari diren pertsonak ere etorri ahal izateko, taldeak ulertu zuen baina 2 partehartzaile hauek, oso modu onean moemntuz utzi egingo zutela esan zidaten. Ala ere azken eguneko afarira etorri ziren. <b>KAPAK</b> nahi dituzte.</p>	<p>Plazer bat izan da jarduera hau dinamizatzea. Azken hitza neurea baldin bada ere, partaide eta bion artean ateratzen dugu aurrera jarduera hau. Hasiera batean ostegunero badiari bira ematen bagenion ere, kurtso erdikaldean gutxi gora behera hau aldatzen joan ginen, eta beti Pasai Antxon hasi eta bukatu baldin badugu ere inguruan dauden ibilbide ezberdinak burutu ditugu, hau ere denen artean adostuta eta bakoitzak zezkizkien ibilbideak burututa. Hasi ginanean baino gutxiagok bukatu badugu ere, talde sentimendua askoz ere gehiago areagotu da eta hau oso erakargarrian izan da programan sartu diren pertsona berrientzat.</p>	<p>Pasai Antxoko Ibaiondo pilotalekuan IZANFIT helduentzako ordainpeko saioak eskaintzea.</p>
-----------------	---	--	---

<p><b>HELDUFIT</b></p>	<p>Oso ongi baloratutako programa da hau ere. Asko eskertutako programa da heldufit, askorentzat astean indarra edo oreka modu espezifiko batean lantzeko aukera bakarra baita besteak beste. Egun gehiago eskatzen dituzte astean, eta astero barruti guztietan egotea. Baina bat jarri behar bada, pertsona gutxik mugitu izan direla barruti batetik bestera suertatu izan denean. Gehienbat Donibane eta pasai antxokoak zian dira gutxien mugitu diren erabiltzaileak, Trintxerpekoak aldiz, kurtso guztian zehar asistentzia konstante bat eduki dute, eta hortaz hauentzat progresioa ere nabarmenagoa izan da eskumen ezberdinetan (indarra, errententzia, oreka,...).</p>	<p>Talde egonkorra izan da orokorrean eta honek asko lagundu dit, irailetik ekainerarte progresio bat egon da karga zein intentsitatean eta hau nerretzat ere estimulagarriago izan da. Egia da kurtsoa aurrera joan dan heinean, erabiltzaile berriak sartu direla eta hauei talde dinamikan sartzea pixkat bat gehiago kosta zaiela, guztiz normala bestalde. Material ezberdina erabili dugu, musika erabili dugu, espazio ezberdinak erabili ditugu eta nerretzat pertsonalki satisfazio bat izan da programarekin obejtiboki jendea osasuntsuago edo aktiboago bihurtzen ikustea. Oreintaziotik at programen garrantzien adibide argia da Heldufit.</p>	<p>Hurrengo kurtsoko erronka nagusia, saioen exigentzia maila haindiagoa izatea izango da. Aurten gurekin jardun duten erabiltzaileekin talde mantenduz gero, hasieratik urteko plangintza bat egitea izan daiteke erronka, progresioak argi zehatzuz. Honetarako barrutien arteko desplazamenduak egotea ezinbestekoa da, jarraipen bat eman ahal izateko. Erritmo saioak, koordinazioa eta material anitzagoa erabiltzea aurreikusten dugu. Guzti hau aurrera eramateko Hasifit programa martxan jartzea ezinbestekoa ikusten dugu, maila baxuagoa duten erabiltzaileak bertan txertatzeko.</p>
<p><b>TIPI-TAPA</b></p>	<p>Nahiko programa finkatua denez, ez da balorazio psotibo nabarmenik egon, Trintxerpeko kasua alde batera utzita, hauentzat berria izan denez oso oso pozik eta hurrengo urtean jarraitzeko prestuki azaldu dira. Bestalde Garaguneko arduradunekin ere bildu nintzen eta Iraieltik aurrera Trintxerpeko tipi tapa berezia indartzeko prestu azaldu dira.</p>	<p>Gure programa beteranoena da Tipi tapa. Trintxerpekoa alde batera utziz talde egonkorak dira denak. San Pedro eta Antxokoak autonomoak direla ere esan daiteke, lehena beharragatik (astelehen horiek bestelako lanak egiteko aprobetxatu baitut askotan) eta betidanik horrela izan delako bestea (Iarunbat goizetan egiten dituzte ireteerako). Donibaneko taldearekin ere ia 2 urte herrtik irteerak egin gabe egon eta gero autobusa hartu izan dugu noizean behin bailaran zehar ibilbideak egitera. Hurrengo kurtsoarako Trintxerpeko taldea erreforzatzeaz gain San Pedrokoari buelta bat ematea ere ongi legoke. Donibaneko ez nuke gehiegi ikutuko.</p>	<p>2 dira orkorrean hurrengo kurtsoko erronka nagusiak: Batetik trintxerpeko tipi tapa indartzea, inguruko garaguneetako erabiltzaile eta begiraleekin eta bestetik San Pedroko jubilatuek elkartarekin batera mendian burutuko diren irteerak dinamizatu eta sustatu.</p>

**COVIDFIT**

Ez da balorazio negatiborik egon, oso talde eskertua izan da orokorrean. Hospitalean gaizki egondakoak dira covidagatik eta egoera amankomun honek talde izaera sendo bat eramatera eraman gaitu, kurtsoa asko erraztuz.

Zorionez covidaren eraginak murriztagoak direnez, talde honen izateko arrazoia amaitutzat dagoela esango nuke. Hainbat erronka izan ditut talde honekin: Talde heterogenezia, maila oso ezberdinetako partaideak eta hortaz saioak diseinatu eta burutzerako orduan buruhauste gehiago eman dizkit. Partehartzaile gutxi, dinamiki ezberdinak burutzeko zailtasuna aregotuz. Atxikipen urria, partehartzaile batzuk egun batzuk probatu eta utzi egin dute, beldurragatik, exijentzia mailagatik, taldegatik,... Hurrengo urtean talde berri bat sortuko nuke ordutegi honetan eta covidfiten ordeztu gaituz. Talde berri honetan (Hasifit), heldufit programa baina maila baxuagokoak sartuko nituzke, kondizio fisiko kaxkarra, obesitatea, errehabilitazioa, ictus, 3. adina +, ... Bestalde covidfiteko talde honetan izan dira 2-3 emakume egunero etorri direnak eta hauekin harreman oso estu bat garatzeaz ez ezik oso gustura egin dut lan eta hauekin hobekuntza nabariak ikustea satisfazio bat izan da niretzat.

Hurrengo kurtsoan ez da orain arte ezagutu dugun covidfit-erik egongo. Covidaren ondorioak geroz eta urriagoak direnez, bertako partaideak gehi maila baxuagoko partaideekin talde bat sortzea izango da erronka nagusia, programa berri honeri Hasifit deitu diogu. Bertan, heldufit programan parte hartzen duten perfila baina maila bat baxuagoko partaideak jardungo dira.



<p><b>PARKFIT</b></p>	<p>Balorazioa positiboa izan da. Azken hilabeteetan udaran ere elkartu eta Ibaiondon jarduera fisikoa egingo dutela komentatu dute. Osasun Mentaleko haien arduradunak ere pozik daude. Feedback-a eskatu didate. Sortuz egitasmoko erabiltzaileak gustu handiz hartu dute proiektua, gehiengoa oso interesatuta dago bere burua nola landu eta ariketak egiten ikasteen.</p>	<p>Urtean zehar, osasun mentaleko erabiltzaileekin aritu gara gehien bat. Makinak eta bertan egin ditzaketen ariketak ezagututa, haien autonomia lantzea izan da helbururik nagusiena. Pixkanaka ariketak haiek aukeratzen utzi diet, nik errepikapen eta serie kopurua esanda. Udaran ia zerbait egiten duten. Datorren urterako helburuetako bat, beste talde batzuetan inklusioa izan daiteke. Sortuz fundaziotik lanbideratze prozesuan ari diren beste erabiltzaile batzuk ere interesatu dira Parkfit egitasmoan. Hilabete aritu dira eta datorren urtean jarraituko dutela aipatu dute, osasun mentalekoak bezala.</p>	<p>Osasun mentaleko erabiltzaileak oraindik eta autonomoagoak izan daitezten saiatu Sortuz proiektuko erabiltzaileei 6 saioko jarraipena egin. Gero autonomo utzi.</p>
<p><b>EMAKUME KORRIKALARIAK</b></p>	<p>Balorazio oso positiboa. Oso motibatuta daude eta emakume gehiago animatzen saiatzen dira. Egun gehiago eskatzen dituzte eta feminismoaren ikuspuntutik haien buruak ezagutu eta gorputza landu nahiz zaintzeko era berriei buruzko ikastaroak. Urtarrilean Donibanen hasi ziren emakumeak ordutegia (20:00) aurreratzearen alde daude.</p>	<p>Talde giro polita sortu da hiru barrutietan. <b>Kaptazio</b> handiagoa egin behar da, ezinbestekoa da. Datorren urtean Lezo eta Hondarribiko emakume taldeak gonbidatuta ikasturte amaierako festatxo bat (5km korrika, bainua eta afari merienda) egitea egoki ikusten da (aurten Hondarribian egin dugun bezala, itzela izan da).</p>	<p>Erabiltzaile gehiago lortu, batez ere Pasai Antxon eta Pasai San Pedron. Urteko programazio bat sortu Hipopresibo saioen eskaintza baloratu</p>

<p><b>JKOZ</b></p>	<p>Denetik egon da, batzuek ez zekiten ezta non sartzen ziren, beste batzuek entrenatzaile prestonala nintzela uste zuten. Ziur 80 pertsonatetik badirela zerbitzua eskas xamarra dela pentsatzen dutenak baina orokorrean jendeari asko gustatu zaie Orientazio programa. Beste programekin alderatuta hemen dauden gehienak "medikuak bidalita" dira eta zerbait "behartua" denez jarrerak ere ezberdinak dira.</p>	<p>Osasun zentroetan ez egotea bere alde onak eta alde txarrak ditu. Medikuekin gertutasuna galtzea eta komunikazioa murriztea ekarri du alde batetik baina bestetik orduetegiak malguakoak izatera ahalbidetu du. Ala ere azken honek logistikoki buruhasuteak ekarri dizkit, arratsaldez inoiz baino zita gehiago izan baititut eta barrutien artean ere inoiz bana gehiago mugitu behar izan dut. Badia aktiboaren barruan sortu diren programa ezberdin ugariak ere asko lagundu didate orientazioan, naiz eta gero erabiltzaile gutxi parte harzten duten programa hauetan geroz eta gehiago dira eta neretzat oso errekurtsu baliagarria bilakatu da.</p>	<p>Orientazio programari asteen ordu pare bat gehiago eskaintzea ikusten dugu, jarraipenak eta arratsaldeko zitak behar den bezala egiteko eta orientatzaileak denbora edukitzeko planifikazioak behar den bezala sortzeko.</p>
<p><b>ZERBITZU MULTIDIZIPLINARRA</b></p>	<p>Gure programetarik izar handiena zalantzarik gabe, erabiltzaile guztiak oso eskertuak aurkitu dira guk aukera hau eskeintzeagatik. Ez dut inoiz hitz "txarrik"entzun ez Mailenen eta ez Jesusengan, oso balorazio postiboa jaso ohi dut programa honengatik.</p>	<p>Hilabetean behin bildu gara gutxi gora behera, gure arteko konfiantza ere sendotzen joan da eta hau lan egiterako orduan isladatzen joan da. Erabiltzaileak gustura eta 3 profesionala ere oso gustura eta jarraitzeko prest aurkitu gara.</p>	<p>Hautagaiak edo zerbitzuko erabiltzaileak "hobeto" hautatzea da erronka handiena, filtroa ongi pasatzea alegia.</p>