

## Lilatoitik Iron Manera

Lilatoia izan zen Ioana Osaren lehen lasterketa, eta ordutik, ez da gelditu

### Ioana Osa Larruzea



Unibertsitateko ikasketak amaitu zituenean hasi zen **Ioana Osa Larruzea** (Ondarroa, 1980) igeriketan, 2005. urtean eman zuen izena igeri ikastaro batean. Astean hiru bider izaten zituen eskolak eta triatloian murgildurik zegoen jende pila ezagutu zuen. Beraien laguntzarekin, jakin-minez, kirolean gehiago murgiltzen joan zen.

Lehenengo, aringa-aringa egiten hasi zen eta Lilatoia izan zen bere lehen lasterketa. Orduz geroztik, bizikleta erosi eta triatloiak egiten hasi zen. Urte batzuk geroago helduko zitzaion lehen triatloia, 2010ean hain zuzen. Bere burua ondo ikusten zuen, gogotsu zegoen, eta gogorrago entrenatzen hasi zen, eta triatloi probetan parte hartzen, gaur egunera arte. Beraz, hiru kirolean ari da: bizikletan, aringa-aringa eta igerian, ia egunero entrenatzen du.

[11barri.eus/testu-bankua](http://11barri.eus/testu-bankua)

EMAKUMEA ETA KIROLA: Biografiak



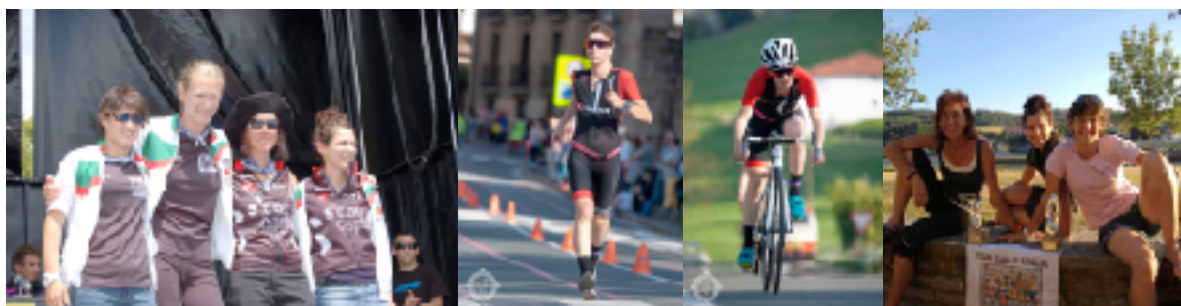
Bere buruari erronkak ipintzen joan da, bi motatan desberdindu dituenak: alde batetik, bere buruari jarritakoak, hau da, egiten duen hori bizkorrago egitea, gaitzena bere ustez, edo egiten duena baino distantzia luzeagoa egitea. Bere buruari jarritako erronka horiekin heldu zen, adibidez, 2015. urtean Mallorkako Ironmana egitera.

Bere kirol ibilbidean zehar identifikatu izan ditu genero-desberdintasunak. Esaterako, Ironman erdi batean, sarietan klausula bat irakurri zuen eta honen arabera emakumezkoen gutxieneko bat aurkeztu ezean, ez zen emakumeentzako saririk egongo. Sarietan ikusi izan du desberdintasun nabarmena, eta sasoi batean, desberdinak izan ohi ziren sari ekonomikoak. Gaur egun, horrelakorik ikusiz gero, jendeak salatu egiten du. Izan ere, gero eta emakume gehiagok parte hartzen du triatloietan, baita distantzia luzeetan ere.

Taldearen babesa beharrezkotzat jotzen du Osak, bizitzako beste arlo batzuetan bezala, zaletasun bera partekatzen duen jendearekin elkartzean, elkar babesten dute. Bera hasi zenean, master taldekoen laguntza jaso zuen bezala, bera ere ahalegintzen da hasi berriei laguntzen. Horrez gain, familia ere zutabe garrantzitsua izan da beretzat.

“Taldearen babesa hor dago eta beharrezkoa da. Taldearenaz gain, familiarena ere, noski. Nik bi alde horietako babesa sentitu izan dut.”

Krisirik identifikatu ez duen arren, momentu batzuetan izan ditu zalantzak. Izan ere, kirola egiteko, gorputza ez ezik, burua ere zentratuta izatea beharrezkoa da. Batez ere, probetarako prestatzen denean edo entrenamendu gogorak egin behar dituenean, ea merezi dion hainbatetan galdetu izan zio bere buruari. Gauza bera gertatu izan zio proba egin aurreko minutuetan ere, urduritasunak eraginda eta. Edonola ere, lasterketa egin ostean asebeteta sentitzen da Ioana Osa, eta aurretiaz izandako zalantza guztiak ezabatzen zaizkio. Momentu horretan konturatzen da merezi duela eta beste guztia konpentsatzen duela.



[11barri.eus/testu-bankua](http://11barri.eus/testu-bankua)

EMAKUMEA ETA KIROLA: Biografiak

