

MARÍA BERNABEU

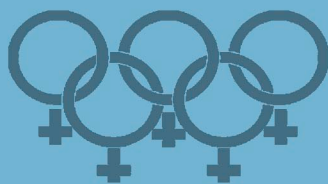
Judoka

**Medalla
de prata
e de bronce
en campionatos
do mundo.**

**Quinto posto nas
olimpiadas de Río 2016.**

**Vai participar nos xogos
olímpicos de Tokio 2021.**

6



**COÑECENDO
AS NOSAS
DEPORTISTAS**



JUDO

María Bernabeu

Nada en Salamanca o 15 febreiro de 1988

Estudante de Dereito

Compite na categoría de 70 kg

Medalla de prata e de bronce
en campionatos do mundo

O **judo** é unha arte marcial e un deporte orixinario do Xapón, sendo unha actividade de contacto entre dúas contrincantes na que unha das dúas debe derribar a outra ou inmovilizala. Practícase sobre un campo de xogo chamado tatami.

Se unha das atletas consegue tirar a contrincante coas costas totalmente apoiadas no chan é un “ippon” e gaña directamente o combate. Outra posibilidade de gañar é se queda inmovilizada. Dependendo da parte do corpo apoiada no chan ou o grao de inmovilización da rival que logre cada unha, vanse sumando distintas puntuacións para acadar a vitoria.

Sabías que a modalidade masculina do judo é olímpica desde o ano 1964 e a feminina foi olímpica por primeira vez no ano 1992? Que opinas desta cuestión?



DEPORTE FEMININO

A continuación achegamos cinco cuestións para saber máis da temática “muller e judo”.

- a) Rena Rusty Kanokogi, pioneira judoka, loitou para que fose deporte olímpico.

Sabías que chegou a hipotecar a súa casa co fin de recadar fondos para poder organizar uns campionatos mundiais femininos?

- b) Sabías que a judoka española Isabel Fernández foi campioa Olímpica, campioa de Europa e campioa do mundo, ademais de abandeirada por España nos Xogos Olímpicos de Atenas 2004?

- c) Sabes quen foi a primeira judoka española en obter unha medalla olímpica?
Míriam Blasco en Barcelona 92

- d) Yuko Fujii é adestradora de judo do Brasil, tanto do equipo femenino como do masculino.

É curioso que non sexa moi habitual que unha muller sexa adestradora de equipos masculinos, a pesar de que é normal que homes adestren a mulleres.

Que opinas?

- e) Sabías que neste 2020 celebramos os 40 anos do primeiro campionato do mundo femenino de judo celebrado en Nova York no ano 1980?

PIONEIRAS

María Bernabeu é unha gran deportista na actualidade...
pero ao longo da historia houbo outras galegas sobresaíntes
no mundo do deporte galego.

**Busca información sobre estas pioneiras do deporte.
Une os seus nomes co deporte que realizaban.**

María Jesús Sangües Espiña

hóckey

María Antonino Sanjurjo

atletismo

Irene González

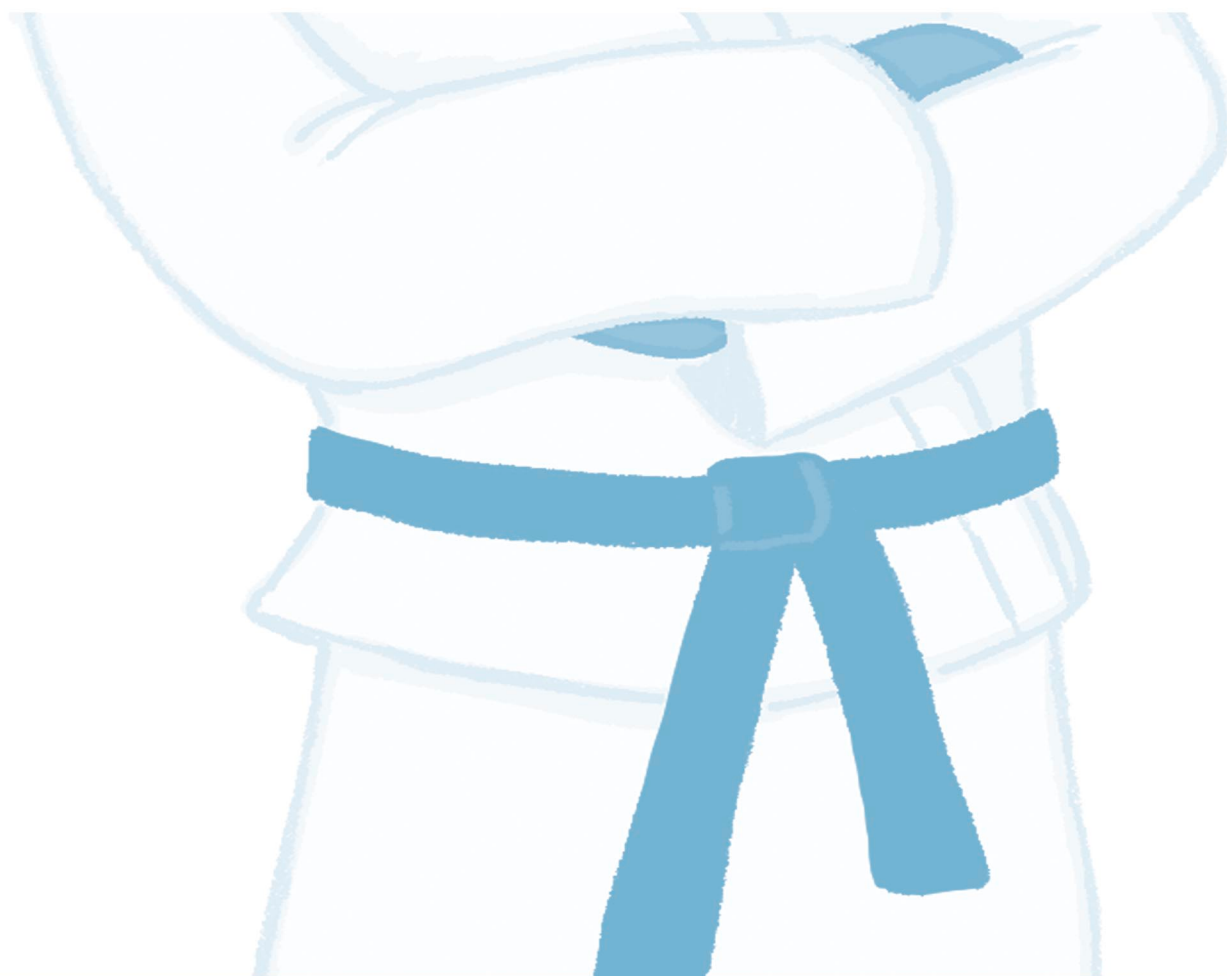
balonmán

Nieves Gamallo

fútbol

Micaela Sinde

aventureira no Polo Norte



CUESTIONARIO

Unha deportista que admiras?

Non teño unha deportista concreta, senón que admiro varias deportistas que teñen boas cualidades e que me axudaron na miña carreira deportiva.

Que fas logo de adestrar?

Gústame pasar o tempo coa miña familia e amigos.

Tamén é importante a preparación académica,
por iso estudei a carreira de dereito.

Un consello?

É moi importante prepararse académicamente para non depender unicamente do deporte, senón que hai que ter máis opcións para formarse.

Cal é o primeiro recordo do teu deporte?

O recordo que máis me marcou foi cando fixen a miña primeira competición, porque foi alí onde me decatei de que competir era o meu e que realmente era o que quería facer.

Un soño profesional?

O meu soño é ser medalla olímpica.



CUESTIONARIO

Cal é o mellor recordo da túa carreira deportiva?

O meu mellor recordo da miña carreira deportiva foi cando conseguín a miña primeira medalla no campionato de España.
Sentínme moi ben e comprendín que co esforzo e traballo duro podes conseguir cousas moi grandes.

Como ves o papel da muller no deporte?

A presenza da muller no deporte é cada vez máis evidente e máis importante.
Coido que a muller cada vez ten un papel máis importante no mundo do deporte.
É certo que nalgúns deportes aínda hai que loitar un pouco máis pola visibilidade da muller, pero en xeral coido que hai igualdade no deporte.

Tiveches algún tipo de atranco por ser muller no mundo do deporte?

No meu deporte por ser muller non me sentín discriminada, senón ao revés.
Na historia do judo en España as mulleres tiveron mellores resultados ca os homes, ademais o meu deporte se fundamenta en valores que nos ensinan desde pequenos, e o respecto é un deles, polo que tod@s os judokas nos respectamos mutuamente independentemente de ser home ou muller.

Como ves o tratamento polos medios de comunicación do deporte feminino?

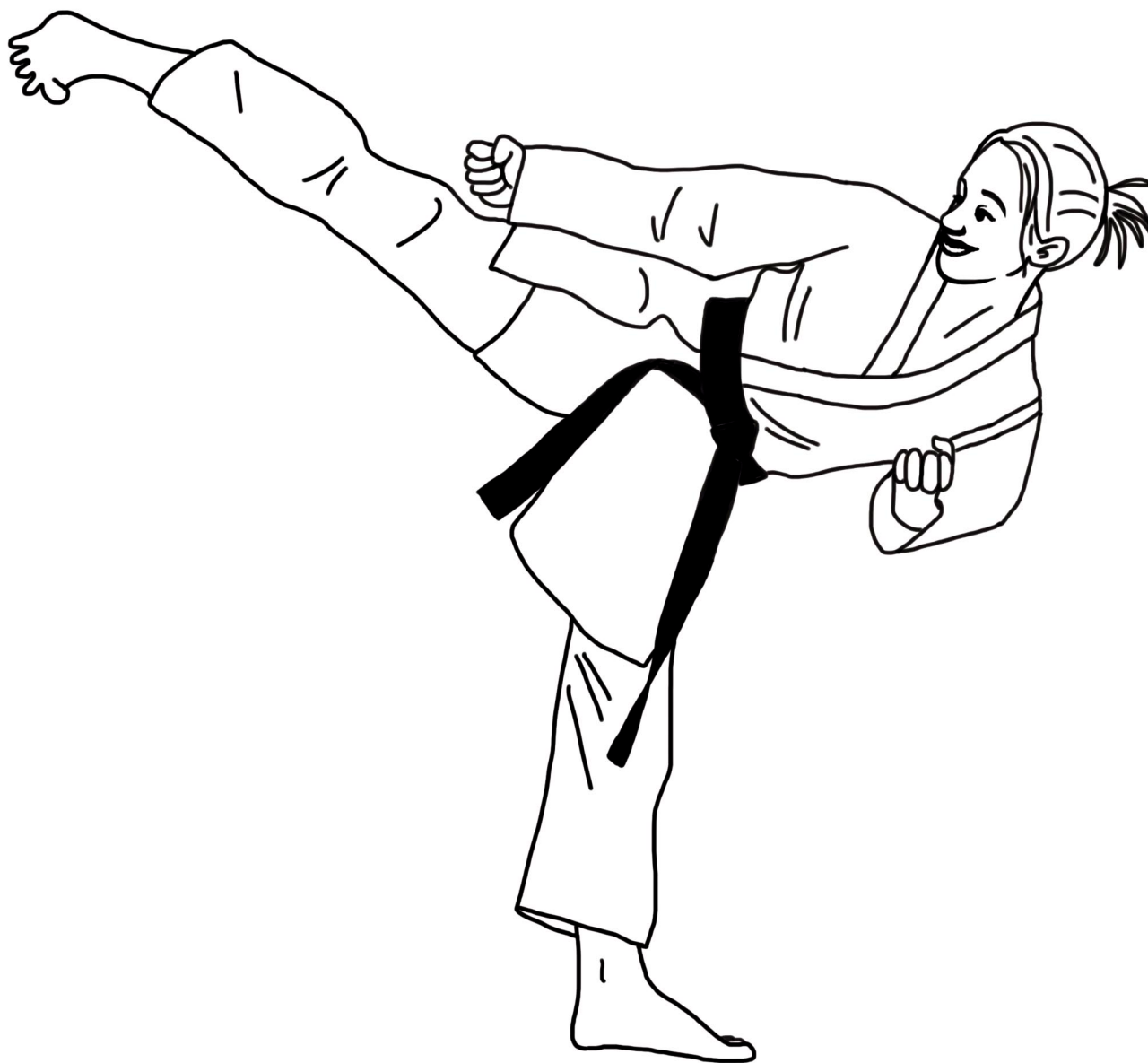
Coido que os medios de comunicación dan repercusión ao deporte feminino dando apoio, ademais coido que son unha peza importante para a difusión do deporte feminino.

Como consideras que é a situación do judo en Galicia?

-O judo en Galicia atópase a un nivel moi alto. A Federación Galega de Judo apóíanos moito e gran parte do equipo que está en postos de clasificación para os xogos olímpicos pertence a Galicia.

COLOREA

Colorea esta muller practicando artes marciais.



Solucións PIONEIRAS

María Jesús Sangües Espiña - atletismo

María Antonino Sanjurjo - hóckey

Irene González - fútbol

Nieves Gamallo - balonmán

Micaela Sinde - aventureira no Polo Norte