



Nº 83 - septiembre de 2022 - www.aebm.com



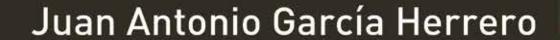


EL SISTEMA 4:2 COMO DEFENSA NO TAN ALTERNATIVA ESTUDIO COMPARATIVO DE FACTORES
Y ELEMENTOS DIFERENCIALES EN LOS
LANZAMIENTOS DE LOS EXTREMOS DE
CHAMPIONS LEAGUE. (1ª Parte)



¡OFERTA para los entrenadores de la AEBM, 10% de descuento! Precio final 22,5€+2€ de gastos de envío. Interesados contactar con:

espaciosomosunequipo@hotmail.com





# EL LIBRO DEL ENTRENADOR

Prólogo de Imanol Ibarrondo



# **ÍNDICE**

### **Editorial**

José Julio Espina Agulló 2

¿Qué fue de...?

Juan Alemany Marín

Juan Luis Arnedillo 4 a 7

### **Cuadernos técnicos**

El sistema 4:2 como defensa no tan alternativa

Carlos E. Riaño Rufilanchas 10 a 19

Estudio comparativo de factores y elementos diferenciales en los lanzamientos de los extremos de champions league. (1ª Parte)

Emilio Pintos Soto 20 a 24

### Entrenando con...

Álvaro Senovilla Esteban 25 a 28

Foros de opinión 29

### **EDITORIAL**

Con nuevos retos, nuevas ilusiones y nuevos proyectos empezamos tod@s la temporada 2022-23. La de la "nueva normalidad". Tras los éxitos continentales de l@s pasad@s primavera/verano, tanto del FC Barcelona (conquistando en Colonia su décimo primera Copa de Europa), como de los Equipos Nacionales Juvenil y Junior masculinos con los entorchados europeos de dichas categorías, de lo que nos hacemos eco en nuestra portada.

En lo que a nuestro Deporte significa estamos ante unos nuevos ajustes reglamentarios, sin duda por todos conocidos. Una vez más se intenta dotar a la dinámica del Balonmano de mayor velocidad, viveza y espectacularidad. Así pues, la disminución de los pases posteriores a la advertencia del Juego Pasivo, la prohibición y sanción expresa de golpear con el balón la cara del portero y la protección del jugador que pone el balón en juego en el saque de centro tienen por objeto aquellas premisas. En cuanto a la progresiva prohibición de sustancias adherentes al balón (resina), las razones son otras, claro está. Y responden al cuidado y mantenimiento de las pistas, muchas veces compartidas con otras disciplinas deportivas. En este caso iremos, seguro, a la implantación de nuevas fórmulas para facilitar la adaptación y control del balón por parte de l@s jugador@s, en las que hace tiempo se está trabajando tanto técnica como comercialmente.

No podemos tampoco olvidar el nuevo paso que supone la conversión de la estructura y funcionamiento de los Clubes de Balonmano masculino de la máxima categoría en Sociedades Anónimas Deportivas. Ello implica la consideración de la competición en profesional, como lo son desde hace años el fútbol, el básquet y el ciclismo de élite. Por ello y desde el pasado mes de mayo estamos en conversaciones con **ASOBAL**, en esta nueva etapa, para trabajar juntos y colaborar en que este cambio societario y jurídico signifique un avance positivo. Los Entrenadores no podemos estar al margen de todo ello, y la voluntad tanto del Consejo Superior de Deportes como de la propia Asociación de Clubes se sitúan en esa línea.

Recibid tod@s un cordial saludo.

José Julio Espina Agulló Presidente A.E.BM y Vicepresidente E.H.C.O

### Edita



Asociación de Entrenadores de Balonmano (AEBM)

### Director eventual

Falo Méndez

 $(Vice presidente\ AEBM)$ 

### Consejo Editorial y Científico

Prof. Dr. Juan J. Fernández
(Univ. de La Coruña)
Prof. Dr. Francisco Sánchez
(Univ. de Castilla-La Mancha)
Prof. Francesc Espar
(INEF Barcelona)
Prof. Dr. J. Antonio García
(Univ. de Salamanca)
Prof. Dr. Óscar Gutiérrez
Prof. Gerard Lasierra
(INEF Lleida)

Prof. Dra. Cristina Mayo (Univ. de Valencia) Prof. Dra. Helena Vila (Univ. de Vigo) Prof. Dr. Alexandru Acsinte (Univ. of Bacau, Rumanía) Prof. Dr. Pablo Juan Greco (Univ. Federal Minas Gerais, Brasil) Prof. Dra. Carmen Manchado (Univ. Alicante) Prof. Dr. Sebastián Feu (Univ. de Extremadura) Prof. Dr. Luís J. Chirosa (Univ. de Granada) Prof. Dr. Ignacio J. Chirosa (Univ. de Granada) Prof. Dr. Gabriel Daza (Univ. de Barcelona) Prof. Dr. Paulo Sá (ISMAI-Oporto) Prof. Dra. Patricia I. Sosa Gonzaéz (Universidad de Sevilla) Prof. Dr. Fernando Asenjo (Univ. de Deusto) Prof. Dr. Juan Oliver

(Univ. de Sevilla)

Prof. Dr. Isidoro Martínez

Univ. de León)

### Redacción-Publicidad-Correspondencia

C/Juan de Juanes, 10 - 8° D (esc. dcha.) 28933 Móstoles (Madrid) Tel.: 609 57 61 36 / Fax: 91 141 01 16 Internet: www.aebm.com e-mail: aebm@aebm.com Banco Santander Central-Hispano IBAN: ES27-0049-5138-13-2710101514 Fotografías: Falo Méndez y José Francisco Martínez

Diseño/Impresión: Imprenta Ecoprint

Área de Balonmano es una publicación de periodicidad trimestral, órgano oficial de la Asociación de entrenadores de Balonmano (AEBM). Los conceptos y opiniones expresadas en cada trabajo son de la exclusiva responsabilidad de los autores, no responsabilizándose ni solidarizándose necesariamente a la Asociación.

Prohibida la reproducción total o parcial de cualquier texto o fotografía contenidos en esta publicación sin previa autorización.

I.S.S.N: 1699-0864 Depósito Legal: M-34997-2003

# ¿Qué fue de...?

# JUAN ALEMANY MARÍN

Entrevista realizada por Juan Luis Arnedillo

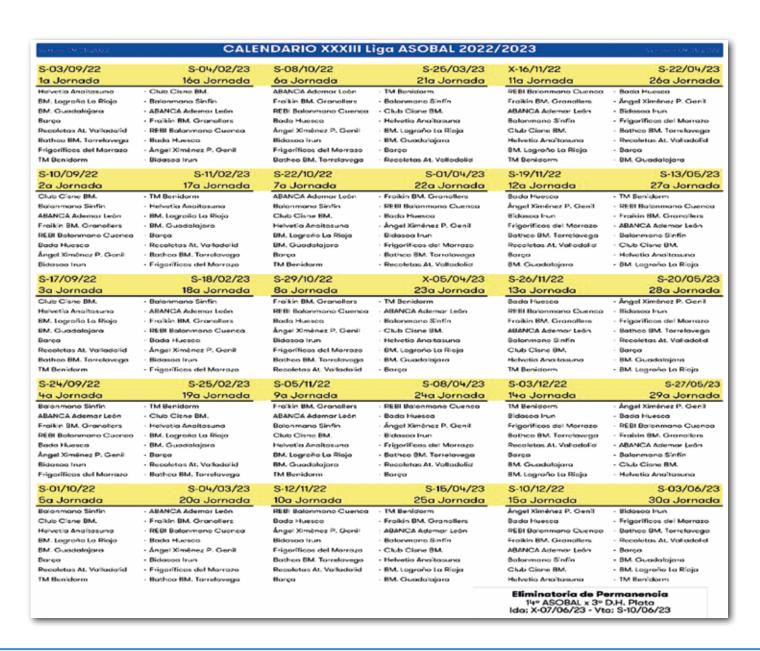


Continuando con el recorrido por los derroteros en la "Historia", de nuestro Balonmano, en esta ocasión, vamos a tratar de conocer a un exjugador, un auténtico "cañonero" que, durante 20 años, (se dice pronto), estuvo jugando en la antigua División de Honor, posteriormente Liga Asobal. Máximo goleador con 2.700 goles.

Hablamos de Juan Alemany. Jugador muy completo, que quizá su faceta fundamental era, su potente lanzamiento a distancia, con rivales defendiéndole en proximidad, alguno se le colgaba del brazo, pero su calidad y variedad en esos lanzamientos, le hacía peligrosísimo.

JUAN ALEMANY MARÍN, tiene su trocito en esta Historia del Balonmano.

Le recordamos como ese jugador espigado, alto, de una gran talla que le descubríamos por un lanzamiento potentísimo, que realmente tenía un cañón en su brazo derecho.







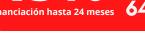


RECUPERATE MIENTRAS DESCANSAS. UN COLCHÓN PARA PERSONAS DEPORTISTAS. TESTADO Y CERTIFICADO

https://soloduerme.com/colchon-natural-sport/



**AHORA** 640€











10 años de garantía

120 días de prueba

# CUADERNOS TÉCNICOS

# EL SISTEMA 4:2 COMO DEFENSA NO TAN ALTERNATIVA

Autor: Carlos E. Riaño Rufilanchas

Entrenador Nacional

# ESTUDIO COMPARATIVO DE FACTORES Y ELEMENTOS DIFERENCIALES EN LOS LANZAMIENTOS DE LOS EXTREMOS DE CHAMPIONS LEAGUE. (1ª parte)

Autor: Emilio Pintos Soto

Entrenador Nacional. Master Coach EHF 2002.





10 Cuadernillos Técnicos

# EL SISTEMA 4:2 COMO DEFENSA NO TAN ALTERNATIVA



### Carlos E. Riaño Rufilanchas

Entrenador Nacional



# LÍNEAS, NÚMEROS E INTENCIONES

Con todas sus deficiencias, la clasificación de los sistemas defensivos que atiende a cuantos jugadores encontramos en cada una de las líneas defensivas tiene la ventaja de su simplicidad.

Nada impide que luego completemos estos números – 6:0, 3:3 por ejemplo- con palabras u otros números o signos que maticen, acoten o enriquezcan su sentido. Conseguiremos así una imagen algo más clara de a qué defensa nos estamos refiriendo (basculante, +1, con presión a impares, indio, etc).

Las denominaciones de los sistemas más usados (básicamente el 6:0 y el 5:1) se han mantenido flexibles y receptivas a estos añadidos. Especialmente por la progresiva "apropiación" de las defensas en una línea de características que se asociaban a defensas más abiertas o agresivas. No olvidemos que a la hora de entender una defensa es mucho más importante saber cuál es la actitud y las intenciones de los defensores que su disposición geométrica. Así, el simple añadido de "presionante" cambia de manera inmediata la imagen que nos hacemos, por ejemplo, de una defensa 6:0.

Por el contrario, las denominaciones de los sistemas más marginales (en este caso el 4:2) se han anquilosado y parecen haber perdido su capacidad para hacer referencia a cualquier cosa que no sea un sistema clásico y definido.

¿Por qué digo esto? Porque a continuación voy a denominar 4:2 a un conjunto de sistemas caracterizados por tener de forma sistemática dos avanzados. Se plantean como sistemas pensados para ser utilizados como una defensa alternativa, pero con vocación de conseguir subir a opción de defensa principal.

Dos avanzados es algo que se ve cada vez con mayor frecuencia en casi todos los niveles de las competiciones senior (fue usado, por ejemplo, de manera continua por tres de los cuatro equipos en la última Final Four). Pero a esto que yo estoy denominando 4:2 otros entrenadores, con muy buenas razones y criterios, lo llaman, por ejemplo 6:0 profundo, en profundidad o muy presionante. En la alta competición las defensas son ya sistemas que mezclan de manera continua y dinámica en función de sus necesidades inmediatascaracterísticas de diversos sistemas y que, por lo tanto, es muy complejo logar definirlas usando la clasificación tradicional.

Mi propuesta en este sentido es que si observamos que durante el tiempo que dura un ataque lo normal es que del 70 al 99% del tiempo haya dos avanzados, usemos la denominación 4:2 y encontremos el complemento para referirnos a estos 4:2 con vocación de 6:0. Es decir que usemos una denominación que transmita esta constante y sistemática presencia de dos avanzados y luego añadamos el complemento que añada la idea de ser un muro de jugadores en 6:0 en su caso.

El que nos escuche, el que nos lea, tendrá creo, una imagen más clara de lo que sucede en el campo. Por lo demás, estamos hablando en esencia de lo mismo.





# ESTUDIO COMPARATIVO DE FACTORES Y ELEMENTOS DIFERENCIALES EN LOS LANZAMIENTOS DE LOS EXTREMOS DE CHAMPIONS LEAGUE. (1<sup>a</sup> Parte)

### **Emilio Pintos Soto**

Entrenador Nacional. Master Coach EHF 2002.



# ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN	4
INTRODUCCIÓN	4
Justificación	
Objetivos	
Hipótesis	
MARCO TEÓRICO	7
El balonmano	
El lanzamiento	
El puesto específico de extremo	
El éxito en el lanzamiento	
METODOLOGÍA	
1.1 Problema	
Variables:	
Diseño.	
Participantes	
Instrumentos	
Procedimiento	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
CONCLUSIONES	
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
NEI ENE TONIO DIDEIO GIVII IC/15	

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Disposición de los jugadores en la fase ofensiva 8
Figura 2 Datos Generales del estudio
Figura 3 Relación de éxito en las acciones de lanzamiento 17
Figura 4 Descripción de los goles conseguidos
Figura 5 Valoración de éxito y lateralidad
Figura 6 Tipo de lanzamiento con gol
Figura 7 Altura del armado con gol
Figura 8 Orientación de pasos en lanzamientos con gol 20
Figura 9 Orientación de pasos en lanzamientos totales 21
Figura 10 Lanzamientos con más probabilidades de gol 23
Figura 11 Secuencia de lanzamiento 1
Figura 12 Secuencia de lanzamiento 2
Figura 13 Secuencia de lanzamiento 332
ÍNDICE DE TABLAS
Tabla 1 Variables consideradas en el estudio
Tabla 2 Tabla de codificación del sistema
notacional de observación en criterios y categorías 15

Tabla 4 Significación de eficacia y número de pasos ........ 24

del pie de apoyo en la batida ......24

Tabla 5 Significación de eficacia y la orientación

# Entrenando con...



Entrenando con...

Álvaro Senovilla Esteban

Entrenador del Costa del Sol Málaga de Liga Guerreras Iberdrola, EHF PRO COACHING LICENCE "Master Coach"

# EL BALANCE DEFENSIVO. FASE FUNDAMENTAL EN EL DESARROLLO COMPETITIVO DE NUESTROS EQUIPOS.

Me presento por primera vez ante todos mis compañeros y seguidores de esta publicación con la responsabilidad del novato que soy. Para muchos de nosotros, la formación recibida a través de los diferentes cursos, hasta llegar al curso nacional, las ponencias, clínics y publicaciones nos han hecho partícipes de un sello en el que el cuidado por el juego y el respeto por el trabajo del día a día del entrenador son exportables a muchos países. Tenemos en nuestro país, a través de nuestras competiciones nacionales de base y senior, una fuente de experiencia muy importante; siendo para mí, la División de Honor Plata, en la que milito desde hace unas temporadas un ejemplo claro de desarrollo y mejora continua para un entrenador en competición. Considero que una de mis mejores facetas como entrenador se encuentra en el trabajo y estudio exhaustivo del juego colectivo en todas sus fases, desde la defensiva al contraataque y el ataque hasta llegar a una fase que considero muy importante a la hora de tener éxito en la competición: el balance defensivo o repliegue defensivo.

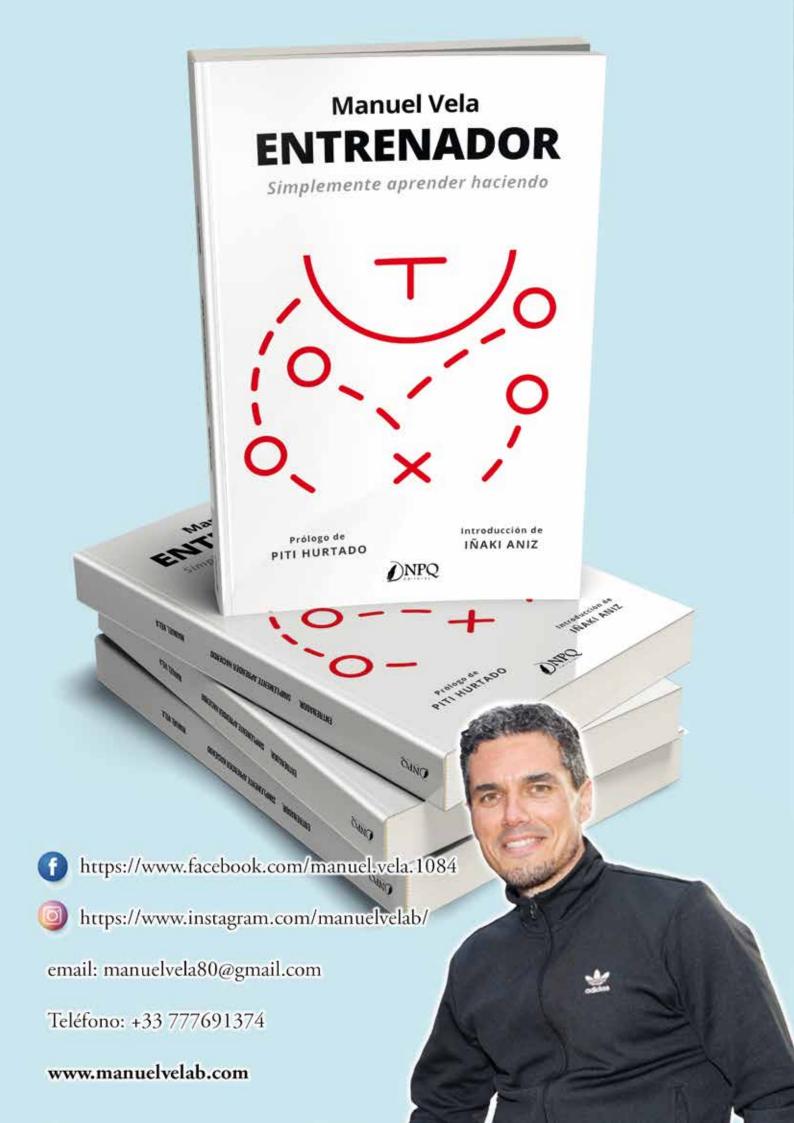
Quizás esta es una fase del juego más desconocida; podemos enumerar alguna premisa que nos ayude a entender por qué ha sido así durante mucho tiempo pero vemos que, dadas las tendencias que se suceden en el balonmano a nivel de juego y reglas, plasmadas en competiciones internacionales así como las principales competiciones europeas, muchos entrenadores han entendido que lo que antes era casi por definición una actitud propia de algunos equipos/jugadores



elegidos o una fase importante en determinados partidos cuyos rivales daban menos respiro a lo que llamábamos vulgarmente "bajar a defender", concluiremos con que la idea que vamos a tener que darle a esta faceta es, sin duda, una muy importante carga de trabajo, ya que sin ella, no vamos a poder tener en nuestros equipos capacidad de competición.

Sobre estas líneas quiero desarrollar algunos casos prácticos que nos ayuden a utilizar nuestro balance defensivo como un arma que parte de una base clara: el orden defensivo y su desarrollo posterior en la defensa posicional así como el control del rival disminuyendo su capacidad de contraataque desgastando su capacidad ofensiva más primaria, conseguir anotar de forma fácil. Como en todos los modelos de desarrollo modernos del





# **NUEVOS SOCIOS:**

812	RUBÉN MARTÍN BLANCO	BILBAO
	JORDI GIRALT ALBERICH	
814	MIGUEL GONZÁLEZ BELLÉS	BARCELONA
815	ALEXIS MARTÍNEZ MARTÍNEZ	ZARAGOZA
816	FERNANDO GONZÁLEZ GUTIÉRREZ	CANTABRIA
817	JESÚS MANUÉL LÓPEZ SEÑORANS	GUIPÚZKOA
818	JAVIER TRASANCOS	BIZKAIA
819	MIHAELA CIOBANU CIOBANU	RUMANÍA

# ASESORES JURÍDICOS AEBM

D. JUAN JOSÉ TORTOSA PIQUERES C/ Pascual Pérez 41. 1°. 03001 Alicante Tel./ Fax: 965 217 561 jtortosa-piqueres@icali.es D. JOSÉ MIGUEL MARTÍNEZ FERRÁNDEZ

C/ Emilio Rubín, 11 - 1°

33401 Avilés

Principado de Asturias

Tel.: 985 523 232

# **SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN**

Nombres y apellidos				Cuota de inscripción: 12 €. La cuota anual			
						€ (total 62€), según	
Dirección						Asamblea General a	
			_	en el Bar			
Código Postal	Población		IBAN: I	ES27-0049	9-513	8-13-2710101514 de	
Provincia	NIF	Tel.					
Fecha de Nacimiento	Lugar de Nacimie	nto	Rogamos adjunten fotocopia del ingreso.				
Título que posee				de la cuen	ta		
Fecha de obtención							
Activo esta temporada		Banco c	Banco o Caja de Ahorros				
Club							
Categoría			N° Cta. Cte/L/Ah.				
Breve historia deportivo							
			Domicilio sucursal y localidad				
				7		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
			Entidad	Agencia	DC	Cta. Cte.	
				1	1		





Las porterías de Balonmano/futsal MONDO & TUTIGOOL, son las únicas que disponen de 3 sistemas antivuelco permanente y que permite su absorción de impacto. "LA SEGURIDAD NO ES CARA, QUE NO TE ENGAÑEN".

"TUTIGOOL" cumple con los reglamentos IHF-FIFA/FUTSAL.



Porteria fabricada bajo la normas

UNE EN 749 UNE EN 16579 UNE EN 1177 UNE EN 13501-1

FABRICADA EN 2019-20-21-22

LAS PORTERÍAS DEBEN DISPONER
DE SISTEMA ANTIVUELCO

# FIFA FUTSAL 2020/21 IHF 2019

### ADVERTENCIA DE SEGURIDAD

- Esta portería está diseñada solamente para balonmano, futsal y hockey de interior, no para otro uso.
- Comprobar que todas las fijaciones están completamente ajustadas antes de usar el producto y comprobarlo periódicamente.
- En todo momento la portería debe estar asegurada contra el balanceo.
- No subirse a la red o al marco de la portería.



