

Numai

PUBLICAȚIE A GRUPULUI MEDIEN HOLDING

OCTOMBRIE 2011 NR. 41

RL
România liberă

„NUMAI U„ ESTE REZULTATUL UNUI PARTENERIAT ÎNTRE MEDIEN HOLDING ȘI CLUBUL SPORTIV UNIVERSITATEA CLUJ



Primăria și Consiliul Local Cluj-Napoca



Consiliul Județean Cluj



VIZITAȚI SITE-UL OFICIAL AL CLUBULUI SPORTIV UNIVERSITATEA CLUJ-NAPOCA

www.u-cluj.ro



1919



Eșec în Capitală pentru „U” Mobitelco BT

» PAG.03

Parcurs bun în Cupă pentru „U” Cluj

» PAG.06

Colțul psihologului

» PAG.08



Din victorie în victorie

Vicecampiona României la handbal feminin, „U” Jolidon Cluj, a câștigat două meciuri importante pentru soarta campionatului și pare că intră în formă maximă tocmai înaintea „dublei” cu HK Levanger, din turul trei al Cupei Cupelor.

» PAG. 02



„U” n punct de vedere

Mircea Barna

fost căpitan al echipei masculine de baschet „U” în anii '80

Să investim în sport

Într-o declarație recentă, un prieten de-al meu, component de bază al echipei naționale de handbal, campioană mondială în anii 1970 și anume Valentin Samungi, declara: „Nu putem trăi doar din amintiri și găsesc nimerit prilejul de a atrage încă o dată atenția celor care ne conduc că poporul român a fost greu încercat în istoria existenței sale, dar a învins mereu și datorită sănătății fizice și psihice. Copiii de azi au uitat parcă, să mai alerge, să se mai cațere în copaci, să fure cireșe sau să bată maidanele. Nimeni nu-i mai cheamă în sălile de sport și asta începe să se simtă.” Aș dori să merg mai departe cu analiza lui Sami și să fac un apel la toți cei care suntem implicați în mișcarea sportivă, dar nu numai, să ne unim eforturile și să aducem sportul în locul pe care îl merită. Cu un fost prim-ministru care a declarat că sportul nu este în primele 10 priorități ale guvernului condus de acesta, nu este de mirare că ne aflăm acum în situația de a fi ajuns undeva la coada clasamentelor în majoritatea ramurilor sportive. Din fericire, în ultimul timp s-a investit masiv în infrastructura sportivă (Național Arena, Cluj Arena, săli și terenuri de sport la sate etc.). Urmează acum să investim în sportivi, antrenori, tineri, astfel încât sportul să redevină un ambasador de cinste al României. Ca unul care a făcut și încă face parte din marea familie a lui „U” nu pot să nu fiu mândru de felul cum arată acum sediul clubului, centrul de recuperare al sportivilor, sala de forță etc., cât mai ales de rezultatele din ce în ce mai bune ale echipelor care reprezintă culorile lui „U” ca o campioană națională (U Mobitelco- la baschet masculin; U Jolidon- la handbal feminin, vicecampionă la handbal). Aș aminti aici în mod special atenția care se dă în momentul de față în Cluj copiilor, oraș care are mii de practicanți la baschet, handbal, fotbal, arte marțiale, tenis. Cu toate acestea, ca un observator atent a tot ceea ce se întâmplă în mișcarea sportivă clujeană și românească, îmi dau seama că lipsește încă ceva care să ne ajute să ajungem în vârful piramidei sportive internaționale. Despre aceasta însă, într-un articol următor.

Clujencele așteaptă încrezătoare „dubla” cu Levanger

CRISTINA BOTÎRCĂ

„U“ Jolidon, de neoprit

Clasament

L	ECHIPA	M	V	E	I	PCT.
1	HC DUNAREA BRAILA	6	5	1	0	11
2	OLTCHIM RM. VALCEA	5	5	0	0	10
3	HC ZALAU	6	5	0	1	10
4	HC OTELUL GALATI	6	5	0	1	10
5	UNIV. JOLIDON CLUJ	6	4	0	2	8
6	HCM BAI A MARE	6	3	0	3	6
7	CSM CETATE DEVA	6	3	0	3	6
8	CSM PLOIESTI	6	2	1	3	5
9	CORONA BRASOV	6	2	0	4	4
10	HCM ROMAN	6	2	0	4	4
11	CSM BACAU 2010	5	1	1	3	3
12	NEPTUN CONSTANTA	6	1	1	4	3
13	CSM BUCURESTI	6	1	0	5	2
14	SCM CRAIOVA	6	0	0	6	0

Clujencele sunt în formă maximă.
(foto: Radu Oltean)



Echipa clujeană de handbal feminin a reușit două succese consecutive în ultimele etape ale campionatului intern, cu CSM București și Corona Brașov.

Echipa de handbal feminin „U” Jolidon Cluj și-a revenit complet după cele două eșecuri din debutul campionatului. Elevele lui Gheorghe Covaciu s-au impus în meciurile cu CSM București și AS Corona Brașov și au început să urce către primele locuri în clasamentul Ligii Naționale. Partida dintre „U” Jolidon și CSM București a contat pentru etapa a V-a a Ligii Naționale de Handbal feminin și a însemnat prima din cele două victorii pentru elevele lui Gheorghe Covaciu.

„Studentele” și-au făcut jocul fără a da drept la replică adversarelor și au reușit o victorie meritată, scor final 41-32 (18-16). Chiar dacă diferența doar de două goluri la pauză mai oferea o speranță la victorie oaspetelor, CSM București nu a reușit să treacă de vicecampionă, tabela de marcaj indicând la un moment dat 31-19 în favoarea alb-negrelor. În cea de-a doua repriză, clujencele au fost de neoprit în atac, au profitat de erorile oaspetelor și au reușit să stabilească o diferență de nouă goluri până la finele partidei.

„Eu cred că a fost o victorie pe deplin meritată” declarat Gheorghe Covaciu, antrenorul formației „U” Jolidon la finalul meciului. Pentru „U” Jolidon au marcat Mihaela Ani-Senocico 14, Adriana Stoian 7, Magdalena Paraschiv 6, Florina Chintean

5, Mihaela Tivadar 5, Clara Vădineanu 3, Raluca Mihai 1. Handbalistele Universității Cluj au mai adăugat o victorie în palmares în meciul etapei a VI-a, împotriva formației ASC Corona 2010 Brașov, scor 26-24 (12-11). Clujencele au jucat la adevărata lor valoare și au luat cele două puncte puse în joc. Prima repriză a fost dominată de „studente”, care la pauză au avut avantaj de un gol.

Duel cu Levanger

Pe parcursul celei de-a doua reprize, brașovencele au forțat și au reușit să egaleze cu două minute înaintea finalului, însă elevele lui Gheorghe Covaciu au revenit cu maturitate în joc fără a rata victoria. În urma acestei partide, handbalistele formației „U” Jolidon se află pe poziția a 5-a în clasamentul Ligii Naționale de Handbal feminin, cu opt puncte. Asemenea partidei

anterioare, principala marcatoare a fost Mihaela Ani-Senocico cu 6 reușite, urmată de Nicoleta Dincă și Florina Chintean cu 5 goluri, Magdalena Paraschiv 4, Mihaela Tivadar 3, Adriana Stoian 2 și Clara Vădineanu un gol. În etapa a VII-a, „U” Jolidon va întâlni formația CSM Bacău. Partida va avea loc în Sala Sporturilor „Horia Demian” Cluj-Napoca, în 1 noiembrie cu începere de la ora 16.00. După acel meci, ardelencele vor avea un adversar infinit mai greu, în Cupa Cupelor. În urma tragerii la sorți a meciurilor din turul III al acestei competiții, „studentele” vor întâlni formația norvegiană HK Levanger. „Întâlnim o formație redutabilă, care provine dintr-un campionat puternic, într-o țară în care se află și campioana Europei, Larvik. Se putea și mai rău. E bine că am evitat alte formații, precum Zvezda, Liepzig sau Toulon.

Fetele sunt motivate și își doresc să meargă mai departe. Este clar că va trebui să jucăm foarte bine în ambele manșe. Sper ca în meciul de pe teren propriu să câștigăm la o diferență confortabilă, pentru a aborda partida retur cu mai multă liniște. Țintim victoria și inclusiv calificarea în șaisprezecimi”, a declarat directorul sportiv al clubului, Cosmin Sălăjan. Turul se va disputa în sala Sporturilor „Horia Demian” din Cluj-Napoca, în data de 5.11.2011 cu începere de la ora 18.00. ●

EDITORI COORDONATORI
Adrian Rus,
Claudiu Pădurean

REDACTOR COORDONATOR
Ramona Maxim

REDACTORI
Ovidiu Tebu, Cristina Botîrcă,
Larisa Balog, Florin Mihalte, Laurențiu Boariu, Septimiu Crivei, Amalia Costin

EDITORIALIȘTI
Ovidiu Blag, Florin Pruteanu, Ovidiu Vasu
Demostene Sofron, Adina Oșan

GRAFICĂ
Oana Daniela Spanache

ADRESA REDACȚIEI:
Str. Eroilor, nr. 10, etaj I, Cluj-Napoca,
telefon: 0264.406.382, Fax:
0264.206.385, persoană contact:
Ioan Șerban (tel: 0723.677.353)

„NUMAI U, ESTE REZULTATUL UNUI
PARTENERIAT ÎNTRE MEDIEN HOLDING
ȘI CLUBUL SPORTIV UNIVERSITATEA CLUJ

RL
Ramona Maxim

MEDIEN HOLDING

ADRESA
Nerva Traian nr.3, Bl. M101, et.8,
sector 3, București CP 031041;
Telefon: 021.2028290; Fax: 021.2028143

TIPAR
United Print



Clujenii nu au găsit cheia spre victorie la București. (foto: ucluj.ro)

Clasament

L	ECHIPA	MJ	MC	MP	F	PCT.
1	CS GAZ METAN MEDIAȘ	3	3	0	0	6
2	U MOBILTELCO BT CLUJ	3	2	1	0	5
3	SCM UNIV. CRAIOVA	3	2	1	0	5
4	BC MUREȘ TÂRGU MUREȘ	3	2	1	0	5
5	BASCHET CLUB TIMIȘOARA	3	2	1	0	5
6	BCM U PITEȘTI	3	2	1	0	5
7	CSM ORADEA	3	2	1	0	5
8	CS ENERGIA TÂRGU-JIU	3	1	2	0	4
9	CSU PLOIEȘTI	3	1	2	0	4
10	CS MUNICIPAL BUCUREȘTI	3	1	2	0	4
11	CSȘ GIURGIU	2	2	0	0	4
12	CS OTOPENI	3	1	2	0	4
13	"PERLA HARGHITEI" CIUC	3	1	2	0	4
14	CSU ATLASSIB SIBIU	2	1	1	0	3
15	POLITEHNICA UNIREA IAȘI	3	0	3	0	3
16	CS DINAMO BUCUREȘTI	3	0	3	0	3

DEBUT

MIJOVIC, LA PRIMELE PUNCTE

În prima parte a meciului dintre CSM București și „U” Mobitelco Cluj a debutat la „alb-negrii” Vladimir Mijovic, o extremă de 2.07 m înălțime și un produs al școlii de baschet Partizan Belgrad. Înainte de „U” Mobitelco, acesta a mai evoluat, pe lângă campionatul din țara sa natală și în campionatele din Cipru, Bulgaria și Germania. El a fost selecționat și în naționala U18 a Serbiei, a ajuns campion al Serbiei și Muntenegrului în 2004, campion al Bulgariei în 2009, finalist al Ligii Balcanice în 2011 și a fost adus la Cluj ca să-l înlocuiască pe Rob Thomson, retras din activitate. Mijovic a reușit să înscrie nouă puncte chiar la meciul său de debut, dar nu a putut împiedica eșecul noii sale echipe.

Baschetbaliștii clujeni au suferit primul eșec al sezonului

OVIDIU TEBU

Înfrângere în Capitală

Campiona României a pierdut pe final meciul cu CSM București, din deplasare, 67-69, dar vrea să reînnoade șirul succeselor odată cu partida împotriva celor de la CSM Oradea.

„U” Mobitelco BT Cluj-Napoca a pierdut meciul disputat împotriva echipei CSM București, scor 69-67 (22-14; 21-19; 12-23; 14-11) chiar în ultimul minut de joc. Aceasta este prima înfrângere a clujenilor în Divizia A, după două succese importante contra lui CSU Ploiești și BC Timișoara.

Gazdele au arătat că sunt hotărâte să câștige partida încă din debutul acesteia, astfel că după trei minute de joc tabela arăta 13-6 în favoarea bucureștenilor. În acest început de meci, pentru gazde au înscris patru jucători, iar de la clujeni doar Zoran Krstanovic și-a trecut numele pe lista marcatilor, cu cele șase puncte reușite. Jocul bun al CSM-ului a continuat pe toată durata celor 10 minute,

iar la finalul primului sfert campionii de la „U” Mobitelco s-au văzut conduși cu scorul de 22-14. Clujenii au continuat cursa de urmărire și în sfertul al doilea, iar diferența minimă a fost atinsă în minutul 17, la scorul de 30-29, după ce clujenii reușiseră un parțial de 7-0. Din păcate pentru elevii lui Marcel Țenter, ultimele două minute ale sfertului al doilea le-au aparținut gazdelor, care au înscris 13 puncte față de doar patru reușite de clujeni, ceea ce a făcut ca la pauză scorul să fie 43-33 în favoarea băieților conduși de Hristu Șapera.

Eșec pe final

Începutul părții a doua a meciului de la București le-a aparținut universitarilor clujeni, care, în ciuda faptului că erau conduși cu 10 puncte la pauză, au întors rezultatul și au preluat conducerea în minutul 26. Atunci, după coșul reușit de David Lawrence, scorul a devenit 50-49. Cele două echipe au mers cap la cap până la finalul sfertului al treilea, când clujenii conduceau cu 56-55.

Jocul bun din sfertul al treilea a continuat și la începutul ultimului sfert, iar elevii antrenați de Marcel Țenter s-au distanțat pe tabelă, scor 63-55, în minutul 34 al întâlnirii.

Gazdele însă au revenit senzațional pe final de meci și au reușit să înscrie 14 puncte, față de doar patru puncte reușite de clujeni, ceea ce a dus la prima înfrângere a campionilor în noul sezon, scor 69-67. Zoran Krstanovic, cu 21 de puncte și nouă recuperări, a fost cel mai bun jucător al echipei „U” Mobitelco, urmat de Kyndall Dykes, cu 18 puncte și cinci recuperări și de Tyler Morris și Vladimir Mijovic, ambii cu câte nouă puncte. De la bucureșteni s-a remarcat Goran Martinic, autor a 20 de puncte.

Urmează Oradea

„Am pierdut un meci pe care l-am avut în mână, dar din păcate am luat niște decizii care au dus la pierderea lui. În prima parte, apărarea a fost relaxată și i-a permis lui Martinic să înscrie.

În sferturile trei și patru am controlat jocul, însă în ultimele minute ne-am pierdut, am cedat nejustificat trei posesii și am ratat aruncări, astfel că am fost învinși.

Felicit echipa CSM-ului, pentru că a făcut un meci bun”, a declarat pentru www.u-mobitelco.ro, antrenorul Marcel Țenter. În etapa a patra a Diviziei A, „U” Mobitelco ar fi trebuit să întâlnească, miercuri trecută, formația BC Mureș Târgu-Mureș, în deplasare, dar meciul a fost amânat pentru data de 2 noiembrie, din cauza faptului că sala din Mureș era ocupată cu alt eveniment.

În urma acestei decizii, următorul adversar al clujenilor va fi CSM Oradea, echipa antrenată de Cristian Achim. Orădenii vor veni la Cluj din postura de învingători, în urmă cu trei etape, a celor de la CSU Ploiești, lucru ce a demonstrat o schimbare mult în bine a jocului acestora față de sezonul trecut. Ultima întâlnire dintre cele două formații a avut loc la Turneul Internațional „U” Mobitelco BT City Cup, desfășurat la Cluj-Napoca în perioada 9-11 septembrie, atunci când clujenii s-au impus cu 72-51.

Partida cu orădenii va avea loc duminică, de la ora 20:00. ●

Clujenii vor avea următorul meci tot în deplasare

ADRIAN RUS

Eșec la Târgu-Jiu

Handbaliștii de la “U” Transilvania au pierdut pe terenul celei de-a treia clasate în Liga Națională, Pandurii Târgu-Jiu, 25-31 (13-17).



***9077**
Anunțul tău de mică publicitate,
la un apel distanță

Sună acum la *9077 și anunțul tău va
ajunge la peste 1 milion de persoane:
în **ziarul România liberă**,
pe **anunturi.romanialibera.ro** și
pe **plasmele din stațiile de metrou!**

*Apelabil din orice rețea mobilă, tarif normal

Echipa de handbal masculin “U” Transilvania Cluj nu a reușit să realizeze surpriza pe terenul formației Energia Lignitul Pandurii Târgu-Jiu, în etapa a șaptea a Ligii Naționale și a pierdut la șase goluri diferență, scor 31-25 (17-13). Clujenii au început foarte bine partida și în minutul 12 conduceau cu patru goluri, 9-5 și se prefigura un rezultat mare pentru elevii lui Constantin Ștefan. Gorjenii și-au revenit, însă, rapid din pumni, iar în următoarele 12 minute au marcat șapte goluri și au primit doar unul, astfel că în minutul 24 conduceau cu 12-10. Gazdele au profitat de greșelile mari în special din atac ale “studentilor”, iar până la pauză Pandurii Târgu-Jiu și-a mărit avantajul la patru goluri, 17-13. După reluare, clujenii s-au mai apropiat de adversarii lor, însă din nou un forcing al gorjenilor a făcut ca diferența dintre cele două echipe să ajungă la șapte goluri. O zvâcnire de orgoliu a alb-negrilor i-a adus pe aceștia din nou la doar două lungimi de gazde, care s-au concentrat mai bine pe finalul meciului și nu le-au mai dat posibilitatea ardelenilor să mai revină în joc. Scorul final a fost 31-25 în favoarea pandurilor, o înfrângere oarecum așteptată în tabăra clujeană, conform poziției din clasament a celor două echipe. “Au apărut niște greșeli nepermise pentru pretențiile noastre, mai ales în prima repriză și cam aici s-a decis soarta acestui meci”, a fost concluzia antrenorului clujenilor. Înfrângerea de la Târgu-Jiu a fost a cincea a sezonului pentru handbaliștii clujeni, care au acumulat până acum doar trei puncte, dintr-o remiză și o victorie.

Clujeni la Națională

Chiar dacă în pauza competițională obiectivul nu era unul prea îndrăzneț, odată cu venirea Băncii Transilvania ca sponsor, noul țel stabilit de către conducere este o clasare în primele șase locuri la finalul sezonului și în primele opt la jumătatea acestuia. Acum, echipa ocupă antepenultima poziție în clasament, mult sub posibilitățile ei de exprimare,

Clasament

L	ECHIPA	M	V	E	I	PCT.
1	HCM CONSTANTA	7	7	0	0	14
2	STIINTA MD BACAU	7	6	0	1	12
3	ENER. PANDURII TG. JIU	7	5	0	2	10
4	HC ODORHEI	6	4	1	1	9
5	DINAMO CALARASI	7	4	1	2	9
6	UNIV. BUCOVINA	7	3	2	2	8
7	POTAISSA TURDA	7	3	1	3	7
8	CSM SATU MARE	7	3	1	3	7
9	CS CARAS SEVERIN	7	3	0	4	6
10	UNIV. POLI TIMISOARA	6	2	0	4	4
11	CSM BUCURESTI	7	2	0	5	4
12	U TRANSILVANIA CLUJ	7	1	1	5	3
13	CSM PLOIEȘTI	7	1	1	5	3
14	STEAUA BUCURESTI	7	0	0	7	0

iar acest lucru i-a deranjat vizibil pe cei din conducere. “Suntem dezamăgiți de lipsa de combativitate a jucătorilor, ceea ce ne va determina să luăm niște măsuri imediate pentru a putea termina turul de campionat în primele opt echipe, așa cum ne-am propus”, a declarat managerul formației, Mihai Tritean. Conducerea clujenilor are la dispoziție aproape o lună pentru a încerca să redreseze situația, deoarece următorul meci al celor de la “U” Transilvania va avea loc abia pe 13 noiembrie, tot în deplasare, cu CSM București. După o săptămână va fi și derby-ul local cu Potaissa Turda, în Sala Sporturilor “Horia Demian”, un meci care trebuie obligatoriu câștigat. Există și o veste bună în tabăra clujeană adusă chiar de către selecționerul României, Vasile Stângă. Acesta a convocat patru clujeni în lotul lărgit al echipei naționale, în vederea participării la un cantonament de pregătire și la Trofeul Carpați, competiție care va avea loc la Palatul Sporturilor din Piatra-Neamț, între 28 - 30 octombrie. Acolo, România va avea două echipe, iar lotul B va fi antrenat chiar de către tehnicianul de la “U” Transilvania, Constantin Ștefan. ●



Clujenii au doar o victorie până acum. (foto: Radu Oltean)



Clasament

L	ECHIPA	V/Î	P
1.	ICIM UNIV V. GOLDIȘ	3/1	7
2.	CS MUNICIPAL TÂRGOVIȘTE	3/0	6
3.	SCM CRAIOVA	3/0	6
4.	CSB TELEORMAN	3/0	6
5.	CS UNIVERSITATEA ALBA IULIA	3/0	6
6.	CS MUNICIPAL SATU MARE	2/1	5
7.	CS NOVA VITA	2/1	5
8.	UNIVERSITATEA CLUJ	1/3	5
9.	BCM DANZIO	1/2	4
10.	CS OLIMPIA BUCUREȘTI	1/2	4
11.	CSM BUCUREȘTI SPORTUL STUD.	1/2	4
12.	CS RAPID	1/2	4
13.	CS OLIMPIA BRAȘOV	1/2	4
14.	POLITEHNICA NAȚIONAL IAȘI	0/3	3
15.	UNIVERSITATEA CSM ORADEA	0/3	3
16.	BBALL 6 SEPSI BC	0/3	3

REZULTATELE ETAPEI A 3-A A DIVIZIEI A

BCM Danzio Timișoara - SCM CSȘ Craiova 61-70
 CSM Sp. Studentesc - Univ. CSM Oradea 80-59
 Politehnica Național Iași - CS Olimpia București 63-67
 Univ. Cluj-Napoca - Olimpia Brașov 71-89
 CSM Târgoviște - CS Rapid București 63-33
 BC Sepsi Sf. Gheorghe - CST Alexandria 49-78
 CS Nova Vita Târgu Mureș - CSU Alba Iulia 56-64
 CSM Satu Mare - ICIM Arad 56-63

Studentele sunt pe locul 8, cu doar cinci puncte

LAURENȚIU BOARIU

Au cedat în fața Olimpiei

Echipa de baschet feminin a Universității Cluj a pierdut meciul de acasă cu Olimpia Brașov, 71-89.

Brașovencele au intrat foarte bine în joc și după primul sfert aveau deja un avans de 16 puncte, 31-15. Elevele lui Florin Covaciu au revenit cât de cât în meci în sfertul secund și au avut mai multe reușite în ofensivă, însă nu au reușit să se apere prea bine, astfel că scorul a fost și de această dată favorabil echipei oaspete: 20-18. După pauză, clujecele au dat senzația că pot să revină, după ce s-au impus

cu 20-14 în sfertul al treilea. Jucătoarele Olimpiei s-au mobilizat însă, și, mai proaspete pe final, au reșit să-și adjudece ultimul sfert cu 24-18 și să câștige meciul la o diferență destul de mare, cu 89-71.

Lipsă de constanță

Florin Covaciu, antrenorul baschetbalistelor clujence a remarcat la finalul meciului cu Olimpia Brașov că echipei sale îi lipsește constanța. „Din păcate, am pierdut și acest meci. Nu

avem constanță în joc. La Oradea am jucat aproape perfect, atât în apărare cât și în atac. În meciul cu Brașov au fost multe greșeli individuale și multe greșeli în defensivă. În perioada următoare la antrenamente vom pune mai mult accent pe defensivă, unde avem unele lacune“, a declarat Covaciu. Universitatea Cluj se află pe locul 8 în clasamentul Diviziei A, cu o victorie și trei înfrângeri. „Studentele“ au acumulat 5 puncte în clasament. ●

Clujenii au fost umiliți de rivalii din Banat

Înfrângere pentru rugbyști

Echipa de rugby a Universității Cluj a pierdut la un scor drastic, 0-68, meciul de pe teren propriu cu RCM Universitatea de Vest Timișoara.

Timișorenii s-au impus fără mari probleme în meciul jucat în Parcul „Iuliu Hațieganu“. Elevii lui Bogdan Voicu nu au făcut față echipei bănățene, care a reușit două eseri în prima repriză și a condus cu 19-0 la pauză. Bănățenii s-au descătușat în partea a doua și au înscris alte șapte eseri, toate transformate de Calafeteanu, în timp ce „alb-negrii“ nu au reușit să puncteze nici măcar o dată. Valentin Calafeteanu, rugbystul timișorenilor, se menține în topul celor mai buni marcatori din România cu 147 de puncte la activ.

23 dintre acestea sunt reușite în meciul cu Universitatea Cluj.

Pentru cele două echipe au evoluat: „U“ Cluj -

15 Vagner Alin, 14 Pop Sergiu, 13 Săuan Cristian, 23 Pralea Radu, 11 Cozma Mihai, 10 Pușcașu Alexandru, 9 Uțiu Alin (căpitan), 1 Buzea Sergiu, 2 Sălăgean Bogdan, 3 Ciapari Iustin, 18 Ailenei Paul, 5 Rus Nicolae, 6 Ailenei Răzvan, 27 Curcă Claudiu, 8 Barbu Nicolae. Rezerve: 16 Petucher Paul, 17 Boca Ioan, 4 Ionescu Bogdan, 19 Merdan Simion, 20 Ciapari Eduard, 21 Bumbu Gabriel, 22 Vescan Paul, 12 Costan Liviu.

Antrenor: Bogdan Voicu. Timișoara:

15 Fântănaru Florin, 24 Dumitriu Victor, 13 Stamatini Bogdan, 7 Kinikinilau Paul, 11 Roșu Valentin, 10 Palu Tevita, 9 Calafeteanu Valentin, 1 Țăruș Alexandru, 2 Capatana Marian, 17 Pungea Horațiu, 4 Bianu Cristian, 5 Lazăr Dorin, 6 Burcea Stelian (căpitan), 8 Rus Vasile, 34 Pahulu Andrew. Rezerve: 16 Borzaș Paul, 36 Chiroiu Cosmin, 3 Tănase Laurențiu, 32 Ciocea Dorian, 33 Bradu Bogdan, 20 Zaiba Raul, 30 Preutescu Lucian, 23 Bradu Bogdan, 14 Tepurică Sebastian. Antrenor: Cosmin Cioriciu. ● LAURENȚIU BOARIU

Citiți zilnic cele mai importante știri din Transilvania și Banat în pagina 16 a cotidianului România Liberă!

Cumpărați și primiți gratuit în fiecare miercuri suplimentul regional de 8 pagini Ediția de Transilvania

Voleibaliștii au trecut de moldoveni în sferturi

RAMONA MAXIM

Universitatea Cluj a învins CSU Galați în ambele manșe din Cupa României

Echipa de volei masculin Universitatea Cluj a participat la sfârșitul săptămânii trecute la Cupa României desfășurată la Zalău.



PROGRAM ÎNCĂRCAT

○ Echipa clujeană va primi miercuri vizita formației Unirea Dej în cadrul etapei a III-a a Diviziei A1 masculin, iar joi vor face deplasarea la Lida, Belarus, pentru a disputa manșa tur cu Kommunalnik Grodno. Meciul este programat a se desfășura în data de 22 octombrie, de la ora 18:00, în sala SOK Olimpia și va fi arbitrat de Andrii Kovalchuk din Ucraina și Salvis Kurtiss din Letonia. Returul va avea loc la Cluj-Napoca în data de 30 octombrie de la ora 16:00 la Sala Sporturilor Horia Demian. Partida va fi arbitrată de Jan Vecera din Cehia și Alexander Brandstatter din Austria.

REZULTATE CUPA ROMÂNIEI

MIERCURI, 12.10.2011

SCMU Craiova - VCM LPS Piatra Neamț 3-0
„U” Cluj - CSU Galați 3-2
Unirea Dej - CSM Agronomia București 2-3
Steaua București - „U” Timișoara 3-0

JOI, 13.10.2011

VCM LPS Piatra Neamț - SCMU Craiova 0-3
CSU Galați - „U” Cluj 2-3
CSM Agronomia București - Unirea Dej 3-2
„U” Timișoara - Steaua București 0-3

VINERI, 14.10.2011

SCMU Craiova - Știința Explorări Baia Mare 3-0
„U” Cluj - Dinamo București 2-3
CSM Agronomia București - Remat Zalău 1-3
Steaua București - CVM Tomis Constanța 0-3

În cadrul optimilor Cupei, voleibaliștii Universității Cluj au întâlnit echipa CSU Galați, de care au trecut în ambele manșe cu scorul de 3 la 2. Miercuri, 12 octombrie, elevii lui Bogdan Tănase au jucat meciul tur cu gălățenii și au reușit să se impună cu 3:2.

Rezultatele pe seturi a fost: 26:24, 17:25, 25:27, 25:23, 15:11. În ziua următoare, jocul clujenilor nu a fost la fel de bun, însă cu mai mult efort au reușit să câștige tot cu același scor de 3 la 2: 20:25, 25:20, 25:20, 27:29, 17:15.

„Meciurile nu au fost foarte bune din punct de vedere tehnico-tactic, echipa nu a mers la potențial maxim, dar importantă este victoria”, a declarat tehnicianul universitarilor, Bogdan Tănase.

Învinși de Dinamo, în sferturi

În faza sferturilor de finală, echipa universitară a dat piept cu formația care a terminat sezonul trecut pe locul 3, Dinamo București. În această partidă, voleibaliștii antrenați de Bogdan

Voleibaliștii clujeni speră să obțină victoria în Belarus

Tănase au demonstrat că au potențial și că pot pune probleme multor echipe din campionat. Cu toate că au pierdut cu 3 la 2, albinegrii au fost la două, trei mingi de victoria cu Dinamo.

„Am avut o șansă foarte mare cu Dinamo, am avut momente de joc extraordinare în care băieții au arătat că se pot bate cu orice echipă din campionat, indiferent de locul ocupat de acestea. Au fost niște meciuri de pregătire foarte bune în vederea meciului cu Dej și, mai ales, pentru cele din Challenge cu Kommunalnik”, a mai spus Tănase.

Careul de ași al Cupei României este format din echipele SCMU Craiova, Dinamo București, Remat Zalău și Tomis Constanța. Final four-ul competiției se va desfășura în 6-7 mai 2012, în urma organizării unei licitații. ●

sport mix



Dan Sibef, locul 2 la Cluj

Clubul Sportiv Universitatea și Federația Română de Scrabble au organizat la Cluj-Napoca, în perioada 7-9 octombrie 2011, două turnee de partide libere din cadrul Campionatului Național Individual de Scrabble. Ca de obicei în ultimii ani, Hotel Ary a fost gazda primitoare pentru aceste competiții, la care au participat 34 de sportivi (26 la seniori și 8 la tineret). Dintre sportivii seniori de la „U”, Dan Sibef a avut evoluția cea mai solidă, ocupând locul 2 în clasament după cele două turnee, iar Vasile Mihalache, Cornelii Faur și Septimiu Crivei au terminat pe locurile patru, șapte și respectiv opt. (S.C.)



Trei convocări la rugby

Răzvan Ailenei, Gabriel Bumbu și Eduard Ciaparii sunt rugbiștii Universității Cluj convocați la un stagiul de pregătire al echipei naționale Under 19 în localitatea Snagov, în perioada 14-21 octombrie 2011. Acest stagiul de pregătire reprezintă o etapă importantă în vederea participării echipei naționale U19 la Campionatul European din perioada 28.10 - 06.11.2011, care se desfășoară la București și are ca obiectiv calificarea la Campionatul Mondial U20 din 2012. Stafful care se va ocupa de pregătirea echipei în acest stagiul este următorul: Dumitraș Haralambie - director tehnic, Răzvan Popovici - antrenor, Horia Hîmpea - antrenor, Radu Băsălașu - preparator fizic, Octavian Campian - doctor, Cosmin Moise - kinetoterapeut, Răzvan Peristeri - psiholog, Rareș Manolache - manager, Radu Petrescu - specialist regulament. (R.M.)



Două medalii de argint și una de bronz pentru culturiiștii CS „U” la Trofeul „Hercule”

Sala Bingo de sub Pasajul Vulturul Negru, din Oradea a găzduit în 8 octombrie, ediția 2011 a Trofeului „Hercule”. La competiție au participat aproximativ 60 de culturiiști din mai multe județe din România, dar și din străinătate, din Serbia, Slovenia, Slovacia și Ungaria. De la Clubul Sportiv Universitatea Cluj au participat patru culturiiști. Sebastian Văsuț a obținut medalia de argint la categoria 80 kg, Cristian Berciu a participat la categoria 75 de kg, la care și-a adjudecat tot poziția a doua în clasament, iar Tiberiu Horvat a luat bronzul la categoria 60 Kg. La categoria 90 de kg am fost reprezentați de Adrian Vălean, care a obținut locul 5. (R.M.)

Voleibalistele Universității Cluj, la un pas de calificare

LARISA BALOG, RAMONA MAXIM

Elevele lui Dan Gârleanu au făcut un meci bun în optimile Cupei României

Echipa de volei feminin a Universității Cluj a participat weekend-ul trecut la optimile Cupei României, care s-au desfășurat la sala de sport a Liceului cu Program Sportiv "Avram Iancu" din Zalău.

Voleibalistele "alb-negre" s-au bătut pentru calificarea în "sferturi" cu echipa ieșeană ACS Penicilina Iași, echipă care a învins cu greu formația clujeană în manșa tur cu scorul de 2 la 3. Rezultatele pe sferturi au fost: 25-15, 14-25, 21-25, 25-15, 12-15.

În manșa retur, elevele lui Dan Gârleanu și-au luat revanșa și au învins Penicilina Iași cu același scor cu care au fost învinse în tur 2-3 (18-15, 25-11, 25-18, 23-25, 11-15). Pentru că cele două formații se aflau la egalitate a fost nevoie de disputarea "setului de aur" pierdut de studente cu scorul strâns de 16-14. Cu toate că "alb-negrele" au condus în setul de aur cu 10:6 și 14:12, experiența ieșencelor și-a spus cuvântul. Ele au trecut mai departe în sferturile Cupei României, unde vor da piept cu CVS 2004 Tomis Constanța.

Ce spune Dan Gârleanu

"Au fost niște meciuri foarte aprig disputate. Noi, o echipă tânără, în creștere, și Iașiul cu o echipă cu jucătoare cu experiență în loturile naționale, au câteva componente cu vârsta de peste 40 de ani. Pe final de set au știut să-și valorifice experiența și să câștige", a declarat tehnicianul Universității Cluj, Dan Gârleanu. ●



ÎNCEPE DIVIZIA A1 LA VOLEI FEMININ

● Elevele lui Dan Gârleanu vor debuta în ediția 2011-2012 a Diviziei A1, sâmbătă, 22 octombrie 2011, pe teren propriu, împotriva formației SCMU Craiova. "Urmează o etapă extrem de dificilă cu Craiova, deoarece este o echipă cu experiență, o echipă care a făcut transferuri importante în această vară, doar două fete au rămas din lotul de anul trecut. Noi plecăm optimiști, ne vom juca șansa și ne vom lupta la victorie", a mai spus Dan Gârleanu. Meciul este programat la Sala Sporturilor "Horia Demian" de la ora 16:00 și va fi arbitrat de Olăhuț D. - A1 și Serei C. - A2. Prețul unui bilet este cinci lei.

◀ Voleibalistele clujence au pierdut setul de aur din cauza lipsei de experiență

CELELALTE REZULTATE ÎNREGISTRATE ÎN CADRUL OPTIMILOR DE FINALĂ

SÂMBĂTĂ, 15.10.2011

CSM Ecorec București - CSM Lugoj 3-1 (25:22 23:25 25:12 25:13)

CSMU Craiova - CSM Sibiu 3-2 (25:15 27:29 23:25 25:21 18:16)

CSU Medicina Târgu Mureș - SCM CSU Argeș Volei Pitești 3-1 (18:25 25:22 25:21 25:22)

DUMINICĂ, 16.10.2011

CSM Lugoj - CSM Ecorec București 1-3 (18:25 23:25 25:17 20:25)

CSM Sibiu - CSMU Craiova 3-0 (28:26 25:23 25:20)

SCM CSU Argeș Volei Pitești - CSU Medicina Târgu Mureș 0-3 (20:25 12:25 15:25)

PRIMA ETAPĂ A DIVIZIEI A1 VA ADUCE FAȚĂ ÎN FAȚĂ ȘI URMĂTOARELE ECHEPE:

CSM Lugoj vs. ACS Penicilina Iași

VC Unic LPS Piatra Neamț vs. SCM CSU Argeș Volei Pitești

CSM Ecorec București vs. Știința Bacău

CSV 2004 Tomis Constanța vs. CS Dinamo Romprest

București

CSU Medicina CSS Târgu-Mureș vs CSM Sibiu



Colțul psihologului

Dr. MARIUS CRĂCIUN, PSIHOLOG

Imageria mentală (3)



stimulate mai multe simțuri, cu atât imageria este mai intensă și mai clară. Cu cât sportivul are o conștiință mai clară asupra simțurilor și stărilor sale, cu atât el va avea o capacitate mai mare de a folosi imageria în propriul folos. Chiar dacă claritatea este importantă, este esențial ca sportivul să aibă abilitatea de a controla imaginile pe care le generează. Imaginile clare, dar necontrolate, sunt contra-productive: ele diminuează performanța. De pildă, un baschetbalist vrea să-și imagineze aruncările libere, dar de fiecare dată când o face el nu poate vedea traiectoria mingii în drumul ei spre coș. Incapacitatea de a vedea mingea în traiectoria ei poate întrerupe concentrarea și vizualizarea nu își îndeplinește scopul. Imageria are două perspective: una internă (te privești cu ochii tăi făcând o anumită activitate) sau externă (să te privești din perspectivă unei camere de filmat care se focalizează pe tine). Deși cercetările nu sunt foarte concludente, opiniez că perspectiva internă este de dorit pentru că aproximează mai bine activitatea. Totuși, uneori este mai bine să ai o perspectivă externă. Dacă un sportiv are o problemă cu execuția unui procedeu, este de ajutor să-și

analizeze erorile dintr-o perspectivă externă. Un program de dezvoltare a capacităților imaginative constă în trei faze:

Faza unu : Conștiința senzorială

Imaginile pe care sportivii le utilizează sunt formate din experiențele lor personale. De aceea, primul pas pentru perfecționarea abilităților imaginative constă în a-l face pe sportiv mai conștient de experiențele sale. Cu cât el este mai conștient de ce vede, simte sau aude, cu cât este mai conștient de emoțiile și stările sale, cu atât el este mai capabil să creeze imagini clare ale acestor experiențe. Când acțiunile devin automate sau când atenția este îndreptată spre altă direcție, sportivul pierde conștiința asupra acestor experiențe. Automatizarea deprinderilor sportive este de dorit, dar uneori când acțiunile devin atât de automate, sportivii pot pierde controlul conștient asupra unor elemente critice implicate în deprinderile lor. Sportivii trebuie să fie conștienți la poziția corpului, la ritm, la plutire, la schimbarea direcției, la mișcările preparatorii pentru a lovi mingea sau a o arunca. La fel, trebuie să fie mai conștienți de simțurile lor când joacă. Cea mai bună tehnică pentru sporirea gradului de conștiință este numită mindfulness. Această tehnică direcționează atenția sportivilor spre elementele care necesită mai multă concentrare, prin încetinirea mișcărilor și prin mai mare grijă acordată detaliilor.

Faza doi : Claritatea

Acest lucru înseamnă nu numai imagini vizuale clare, dar și utilizarea tuturor simțurilor. Implică exerciții de rememorare a unor momente din carieră, când evoluțiile au fost excelente. Dacă sportivul își poate aminti un moment cât mai apropiat, este bine să fie folosit. Imaginea va trebui să

acopere trei simțuri majore – vizual, auditiv și kinestezic.

Faza trei: Controlul

Exercițiile pentru îmbunătățirea controlului asupra imageriei implică manipulări de imagini. Se începe cu exerciții fără specific sportiv: manipularea unui cub de lemn, experiențierea greutății în braț, introducerea unui picior în apă rece în care există cuburi de gheață, etc. Apoi sportivul este îndrumat spre exerciții de control cu specific sportiv. De exemplu, un baschetbalist își poate imagina driblingul, aruncarea sau tehnici de apărare. Aceste exerciții presupun nu numai controlul activităților, dar și controlul emoțional. Astfel, sportivul se poate imagina într-o situație tensionată, când devine furios, îți pierde concentrarea sau încrederea (de exemplu, când ratează o aruncare liberă, când nu reușește o execuție simplă la tenis). El va re-crea situația, în special sentimentele care o însoțesc. Apoi folosește strategiile pentru controlarea stresului simțind cum tensiunea iese din corpul său pentru a putea să se concentreze la ceea ce are de făcut. ●

Urmare în numărul viitor

parteneri și sponsori

