



BALONCESTO (BASQUETBOL)

PROFESOR MAURICIO GONZÁLEZ MEGE

MGONZALEZM@CESP.CL



OBJETIVOS

- **CONTRIBUIR AL DESARROLLO INTEGRAL DE NUESTRAS ALUMNAS**
 - **ANIMAR A LA PRÁCTICA DEL BALONCESTO**
 - **COMPRENDER LA ESTRUCTURA FUNCIONAL DEL BALONCESTO**
- DESARROLLAR LA INTELIGENCIA MOTRIZ BÁSICA**
- BOTAR CON LA DERECHA Y CON LA IZQUIERDA**
- CONOCER HISTORIA DEL DEPORTE , REGLAS BÁSICAS .**



HABILIDADES

- **CONOCER**
- **COMPRENDER**
- **RELACIONAR**
- **EJERCITAR**
- **BOTAR**
- **LANZAR**
- **SALTAR**
- **CORRER**



SIGNIFICADO DE BALONCESTO

SEGÚN Y LA REAL ACADEMIA ESPAÑOLA RAE , BALONCESTO ES UN JUEGO ENTRE DOS EQUIPOS DE CINCO JUGADORES CADA UNO , CUYO OBJETIVO ES INTRODUCIR EL BALÓN EN LA CESTA O CANASTA DEL CONTRARIO , SITUADA A UNA ALTURA DETERMINADA .



VISIÓN



- **CUANDO PENSAMOS EN EL BALONCESTO, PENSAMOS EN LA GLORIA, LA EMOCIÓN Y LA PASIÓN QUE NOS PROVOCA EL SOLO HECHO DE VER BOTAR UN BALÓN, O DE OÍR EL GLORIOSO GRITO DE UNA CANASTA.**
- **POR ESO HEMOS DECIDIDO CREAR ESTE DEPARTAMENTO, EN EL CUAL, ADEMÁS DE CONOCER LA HISTORIA DE ESTE DEPORTE, APRENDERÁS MODOS DE JUEGO Y LAS REGLAS DE LA MANO DE VARIOS EXPERTOS QUE IREMOS RECLUTANDO PARA CADA UNA DE LAS RAMAS DEL BALONCESTO. ADEMÁS, NO SÓLO APRENDERÁS A JUGARLO, SINO A VIVIRLO Y HACERLO ALGO FAMILIAR; ALGO QUE UNE A PERSONAS DE DISTINTAS NACIONALIDADES, RAZAS, SEXO Y CREDO.**

PRESENTACIÓN



- **EL BALONCESTO ES UN DEPORTE DE EQUIPO QUE CONSISTE BÁSICAMENTE EN INTRODUCIR UN BALÓN EN UN ARO COLOCADO A 3 METROS DE ALTURA APROX. Y DEL QUE CUELGA UNA RED, LO QUE LE DA UN ASPECTO DE CESTA O CANASTA (DE AHÍ SU NOMBRE). TAMBIÉN ES CONOCIDO COMO BÁSQUETBOL O SIMPLEMENTE BÁSQUET, POR LA CASTELLANIZACIÓN DE SU NOMBRE EN INGLÉS: BASKETBALL.**
- **EL BALONCESTO SE JUEGA CON DOS EQUIPOS DE CINCO PERSONAS, DURANTE 4 PERÍODOS O CUARTOS DE 10 (FIBA) O 12 (NBA) MINUTOS CADA UNO. AL FINALIZAR EL SEGUNDO CUARTO, SE REALIZA UN DESCANSO, NORMALMENTE DE 15 A 20 MINUTOS SEGÚN LA REGLAMENTACIÓN PROPIA DEL CAMPEONATO AL CUAL EL PARTIDO PERTENEZCA.**

HISTORIA



- **EL BALONCESTO NACIÓ, EN 1891, COMO UNA RESPUESTA A LA NECESIDAD DE REALIZAR ALGUNA ACTIVIDAD DEPORTIVA DURANTE EL INVIERNO EN EL NORTE DE ESTADOS UNIDOS. AL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE SPRINGFIELD, MASSACHUSETTS, JAMES NAISMITH, LE FUE ENCARGADA LA MISIÓN DE IDEAR UN DEPORTE QUE SE PUDIERA JUGAR BAJO TECHO, PUES LOS INVIERNOS EN ESA ZONA DIFICULTABAN LA REALIZACIÓN DE CUALQUIER ACTIVIDAD AL AIRE LIBRE. JAMES NAISMITH ANALIZÓ LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS QUE SE PRACTICABAN EN LA ÉPOCA, CUYA CARACTERÍSTICA PREDOMINANTE ERA LA FUERZA O EL CONTACTO FÍSICO, Y PENSÓ EN ALGO SUFICIENTEMENTE ACTIVO, PERO QUE REQUIRIESE MÁS DESTREZA QUE FUERZA Y QUE NO TUVIESE MUCHO CONTACTO FÍSICO.**

- **EL CANADIENSE RECORDÓ UN ANTIGUO JUEGO DE SU INFANCIA DENOMINADO "DUCK ON A ROCK" (PATO SOBRE UNA ROCA), QUE CONSISTÍA EN INTENTAR ALCANZAR UN OBJETO COLOCADO SOBRE UNA ROCA LANZÁNDOLE UNA PIEDRA. NAISMITH PIDIÓ AL ENCARGADO DEL COLEGIO UNAS CAJAS DE 50 CM DE DIÁMETRO, PERO LO ÚNICO QUE LE CONSIGUIÓ FUERON UNAS CANASTAS DE MELOCOTONES, QUE MANDÓ COLGAR EN LAS BARANDILLAS DE LA GALERÍA SUPERIOR QUE RODEABA EL GIMNASIO, A UNA ALTURA DETERMINADA. COMO NAISMITH TENÍA 18 ALUMNOS, DECIDIÓ QUE LOS EQUIPOS ESTUVIESEN FORMADOS POR 9 JUGADORES CADA UNO. CON EL PASO DEL TIEMPO, ESTE NÚMERO SE REDUJO PRIMERO A 7, Y LUEGO AL ACTUAL DE 5 JUGADORES. POR OTRA PARTE, EL TABLERO SURGIÓ PARA EVITAR QUE LOS SEGUIDORES SITUADOS EN LA GALERÍA DONDE COLGABAN LAS CESTAS, PUDIERAN ENTORPECER LA ENTRADA DEL BALÓN Y, CON EL PASO DEL TIEMPO, LAS CESTAS DE MELOCOTONES SE CONVIRTIERON EN AROS METÁLICOS CON UNA RED SIN AGUJEROS HASTA LLEGAR A LA RED ACTUAL.**

JAMES NAISMITH , CREADOR DEL BALONCESTO



BENEFICIOS

- **MEJORA LA COORDINACIÓN**
- **FORTALECE LOS HUESOS Y LOS MÚSCULOS DE TODO EL CUERPO**
- **AUMENTA LA RESISTENCIA , MEJORA Y AUMENTA LA FUERZA**
- **DESARROLLO DE LA AGILIDAD, HABILIDAD LOCOMOTRIZ Y LA RAPIDEZ DE REFLEJOS**
- **UNA MAYOR CONCENTRACIÓN Y UNA ESPECTACULAR RAPIDEZ DE REFLEJOS.**
- **CUIDA Y PROTEGE EL SISTEMA CARDIOVASCULAR Y MEJORA LA RESISTENCIA MUSCULAR.**
- **REDUCE EL ESTRÉS Y AUMENTE LA CONFIANZA**



REGLAS BÁSICAS



- **1. LOS EQUIPOS DE BASQUETBOL ESTÁN COMPUESTOS POR UN MÁXIMO DE 12 JUGADORES, DE LOS CUALES SOLO CINCO PUEDEN ESTAR EN LA CANCHA DURANTE EL DESARROLLO DEL JUEGO.**
- **2. CADA ENTRENADOR PUEDE REALIZAR UN CAMBIO DE JUGADOR CADA VEZ QUE EL ÁRBITRO DETIENE EL JUEGO Y SEGÚN LO CONSIDERE NECESARIO.**

REGLAS SOBRE EL UNIFORME

- **3. CAMISETAS DE FIBRA SINTÉTICA. EN LA PARTE DELANTERA SE COLOCA EL LOGO DEL EQUIPO Y EN LA PARTE TRASERA EL NÚMERO Y NOMBRE DEL JUGADOR.**
- **4. PANTALONES QUE LLEGAN HASTA LA ALTURA DE LA RODILLA.**
- **5. CALCETINES DEPORTIVOS.**
- **6. CALZADO DE CAÑA ALTA QUE PROPORCIONA MAYOR SOPORTE AL TOBILLO Y SUELA CON CÁMARAS DE AIRE QUE RESISTEN A LOS SALTOS.**

REGLAS SOBRE EL INICIO DEL PARTIDO

EL JUEGO INICIA CUANDO UN JUGADOR DE CADA EQUIPO Y EL ÁRBITRO PRINCIPAL SE UBICAN DENTRO DEL CÍRCULO CENTRAL. CADA JUGADOR DEBERÁ ESTAR A UN LADO DE LA LÍNEA DIVISORA DE LA CANCHA. EL ÁRBITRO LANZA LA PELOTA HACIA ARRIBA Y AMBOS JUGADORES SALTAN PARA DESVIAR EL BALÓN A UNO DE SUS COMPAÑEROS DE EQUIPO, QUIENES DEBEN ESTAR EN SUS POSICIONES Y FUERA DEL CÍRCULO CENTRAL.



REINA SOBRE EL TIEMPO DE DURACIÓN

CADA JUEGO CONSTA DE CUATRO PERIODOS DE DIEZ MINUTOS BAJO LAS REGLAS DE LA FIBA, AL FINALIZAR EL SEGUNDO CUARTO DE JUEGO SE REALIZA UN DESCANSO DE 15 MINUTOS.

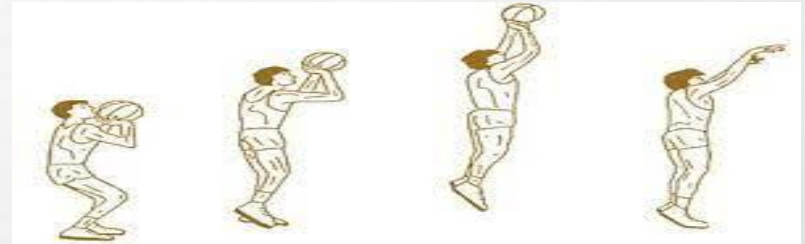
EN CASO DE EMPATE, SE JUEGAN UNA PRÓRROGA DE CINCO MINUTOS, LOS CUALES SE LLEVAN A CABO HASTA QUE UNO DE LOS EQUIPOS ANOTE MÁS PUNTOS.

POR CADA SILBATO QUE REALICE EL ÁRBITRO, BIEN SEA POR FALTA, SALIDA DE LA PELOTA DE LA CANCHA, ENTRE OTROS, EL TIEMPO DE JUEGO SE DETIENE, LO QUE HACE QUE SU DURACIÓN SEA EN REALIDAD MAYOR A LOS DIEZ MINUTOS POR CADA PERIODO.



REGLAS SOBRE LA PUNTUACIÓN

- **UN PUNTO: SE LOGRA AL ENCESTAR LA PELOTA DESDE LA LÍNEA DE TIRO LIBRE.**
- **DOS PUNTOS: CANASTA ANOTADA DESDE LA ZONA DE TIRO DE TRES PUNTOS, QUE ESTÁ CERCA DE LA CESTA.**
- **SE TOMA COMO DOS PUNTOS CUANDO LA PELOTA TOCA EL ARO EN EL ÚLTIMO TIRO LIBRE, Y UN JUGADOR (ATACANTE O DEFENSA) TOCA EL BALÓN ANTES DE QUE ENTRE EN LA CANASTA.**
- **TRES PUNTOS: CANASTA ANOTADA DESDE LA ZONA DE TIRO DE LOS TRES PUNTOS, A LARGA DISTANCIA DE LA CESTA, APROXIMADAMENTE A 6,75 M DEL ARO.**



REGLAS SOBRE EL MOVIMIENTO DEL BALÓN

20. LOS JUGADORES PUEDEN DESPLAZARSE CON LA PELOTA HACIENDO UN PASE CON SUS MANOS.

21. ANTES DE PASAR O LANZAR LA PELOTA, EL JUGADOR DEBE DAR DOS PASOS PERO SIN DRIBLAR EL BALÓN.

22. LA PELOTA SE PUEDE PASAR A UN JUGADOR MIENTRAS SE CORRE O CAMINA.

23. SI EL JUGADOR DEJÓ DE DRIBLAR EL BALÓN, NO PUEDE VOLVER A HACERLO DE NUEVO.

24. CUANDO UN EQUIPO TIENE POSESIÓN DE LA PELOTA Y HA CRUZADO LA MEDIA CANCHA, NO PUEDE IR DE VUELTA HACIA ATRÁS CON EL BALÓN.

TIPOS DE FALTAS

- **FALTA PERSONAL: PUEDE DARSE POR EL CONTACTO FÍSICO ENTRE JUGADORES O POR TOMAR UNA CONDUCTA ANTIDeportiva. SE PENALIZA CON UN SAQUE A FAVOR DEL EQUIPO CONTRARIO. UN JUGADOR CON MÁS CINCO FALTAS ES EXPULSADO DEL JUEGO. EN LA NBA, DESPUÉS DE LA SEXTA FALTA SE EXPULSA AL JUGADOR**



- **FALTA EN ATAQUE: SURGE CUANDO UN JUGADOR DEL EQUIPO TIENE POSESIÓN DEL BALÓN Y COMETE UNA FALTA PERSONAL AL EMPUJAR A UN JUGADOR CONTRINCANTE QUE SE ENCUENTRA EN POSICIÓN DE DEFENSA. SI LA FALTA GENERA DESVENTAJA AL DEFENSOR, LA PENALIZACIÓN RECAE SOBRE EL EQUIPO QUE TIENE EL CONTROL DE LA PELOTA.**

TIPOS DE FALTAS



- **FALTA TÉCNICA: ES LA FALTA QUE RECAE SOBRE UN JUGADOR EN BANCA POR DESOBEDIENCIA O FALTA DE COOPERACIÓN, Y ES SANCIONADA CON UN TIRO LIBRE. UNA FALTA TÉCNICA SE PUEDE TOMAR COMO FALTA PERSONAL, Y DOS FALTAS TÉCNICAS GENERAN UNA DESCALIFICACIÓN.**
- **FALTA ANTIDEPORTIVA: SE TRATA DE LA FALTA QUE IMPLICA UN CONTACTO FÍSICO Y CUYA INTENCIÓN NO SE CORRESPONDA CON EL ESPÍRITU O LAS REGLAS DEL JUEGO. LA PENALIZACIÓN IMPLICA DOS TIROS LIBRES Y DAR LA POSESIÓN DEL BALÓN AL EQUIPO CONTRARIO. DOS FALTAS ANTIDEPORTIVAS CONLLEVAN A UNA FALTA DESCALIFICANTE.**

TIPOS DE FALTAS

- **FALTA DESCALIFICANTE: SON LAS INFRACCIONES ANTIDEPORATIVAS QUE EL JUGADOR O CUALQUIER MIEMBRO DEL EQUIPO REALIZA DE MANERA EVIDENTE, POR LO QUE DEBERÁ ABANDONAR EL JUEGO, INCLUSO, PUEDE SER EXPULSADO POR MÁS DE UN JUEGO. LA PENALIZACIÓN GENERA DOS TIROS LIBRES AL EQUIPO CONTRARIO.**

- **SE CONSIDERA FALTA SI EL JUGADOR TOCA LA PELOTA CON EL PIE.**





IL BALONCESTO

Los tipos de faltas

LA CANCHA DE JUEGO



POSICIONES EN EL BALONCESTO

- **BASE: TAMBIÉN LLAMADO "PLAYMAKER" (CREADOR DE JUEGO). NORMALMENTE EL JUGADOR MÁS BAJO DEL EQUIPO. EN ATAQUE SUBE LA PELOTA HASTA EL CAMPO CONTRARIO Y DIRIGE EL JUEGO DE ATAQUE DE SU EQUIPO, MANDANDO EL SISTEMA DE JUEGO. SUS CARACTERÍSTICAS RECOMENDABLES SON UN BUEN MANEJO DE BALÓN, VISIÓN DE JUEGO, CAPACIDAD DE DAR BUENOS PASES, BUENA VELOCIDAD Y UN ACERTADO TIRO EXTERIOR. EN LOS BASES SON APRECIADAS LAS ASISTENCIAS COMO LOS PUNTOS CONSEGUIDOS, AUNQUE UN BUEN JUGADOR DEBE CONSEGUIR AMBAS COSAS. EN DEFENSA HAN DE DIFICULTAR LA SUBIDA DEL BALÓN DEL BASE CONTRARIO, TAPAR LAS LÍNEAS DE PASE Y ESTAR ATENTO A RECOGER LOS REBOTES LARGOS. NORMALMENTE ESTOS JUGADORES NO SON DE UNA ELEVADA ESTATURA, PUES LO REALMENTE IMPORTANTE ES LA CAPACIDAD ORGANIZATIVA Y DE DIRECCIÓN DE JUEGO.**

POSICIONES DEL BALONCESTO

ESCOLTA: JUGADOR NORMALMENTE MÁS BAJO, RÁPIDO Y ÁGIL QUE EL RESTO, EXCEPTUANDO A VECES EL BASE. DEBE APORTAR PUNTOS AL EQUIPO, CON UN BUEN TIRO INCLUYENDO EL TIRO DE TRES PUNTOS, UN BUEN DOMINIO DEL BALÓN Y UNA GRAN CAPACIDAD DE ENTRAR A CANASTA.



POSICIONES EN EL BALONCESTO



- **ALERO ES GENERALMENTE UNA ALTURA INTERMEDIA ENTRE LOS JUGADORES INTERIORES Y LOS EXTERIORES. SU JUEGO ESTÁ EQUILIBRADO ENTRE LA FUERZA Y EL TIRO. ES UN PUESTO IMPORTANTE, POR SU CAPACIDAD DE COMBINAR ALTURA CON VELOCIDAD. EN ATAQUE DEBE SER BUEN TIRADOR DE TRES PUNTOS Y ASIMISMO SABER CULMINAR UNA ENTRADA HASTA DEBAJO DEL TABLERO CONTRARIO, SON PIEZAS BÁSICAS EN LANZAR EL CONTRAATAQUE Y SUELEN CULMINAR LA MAYORÍA DE ELLOS.**

POSICIONES EN EL BALONCESTO

ALA-PIVOT ES UN ROL MÁS FÍSICO QUE EL DEL ALERO, EN MUCHOS CASOS CON UN JUEGO MUY SIMILAR AL PÍVOT. MANTIENE LA MAYORÍA DE LOS PUNTOS EN EL POSTE BAJO, AUNQUE ALGUNOS PUEDEN LLEGAR A CONVERTIRSE EN TIRADORES MUY EFECTIVOS. SIRVEN DE AYUDA AL PÍVOT PARA IMPEDIR EL JUEGO INTERIOR DEL EQUIPO CONTRARIO, Y CIERRAN EL REBOTE.



POSICIONES EN EL BALONCESTO

- **PIVOT: ES LLAMADO TAMBIÉN CENTRO. SON LOS JUGADORES DE MAYOR ALTURA DEL EQUIPO, Y LOS MÁS FUERTES MUSCULARMENTE, TIENEN HABILIDAD PARA PASES EN CORTO Y EN REBOTE Y UN BUEN LANZAMIENTO DE GANCHO Y DE MEDIA DISTANCIA SE UBICA EN ESTE PUESTO AL JUGADOR DE MAYOR ESTATURA Y GENERALMENTE ACTÚA DE ESPALDAS AL TABLERO. SE COLOCA CERCA DEL ARO, JUNTO A LA LÍNEA DE RESTRICCIÓN Y HACIA EL LADO POR DONDE SE ESTÁ JUGANDO LA PELOTA. SU ACCIÓN ES COMENZAR LA OFENSIVA DESDE EL CENTRO DE LA LÍNEA DE TIRO LIBRE . EN DEFENSA BUSCAN RECOGER EL REBOTE CORTO, IMPEDIR EL JUEGO INTERIOR DEL EQUIPO CONTRARIO Y TAPONAR LAS ENTRADAS DE JUGADORES EXTERIORES**

POSICIONES EN EL BALONCESTO





UNIVERSITY OF CALIFORNIA

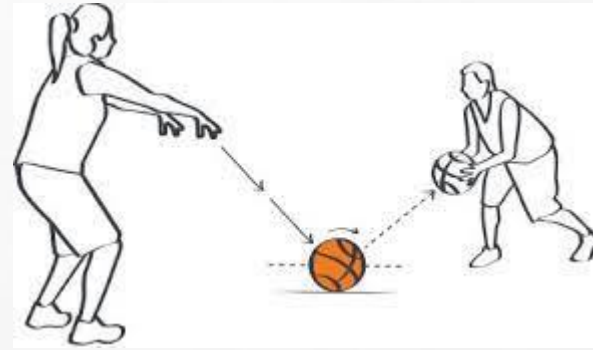
Conocer las posiciones y los roles de los jugadores

TIPOS DE PASES – PASE DE PECHO

- **SUJETAMOS CORRECTAMENTE EL BALÓN A LA ALTURA DEL PECHO CON UNA POSICIÓN NATURAL DE LOS BRAZOS, CON LOS CODOS JUNTO AL TRONCO, NI EXCESIVAMENTE SEPARADOS NI EXCESIVAMENTE PEGADOS. INICIAMOS LA EXTENSIÓN DE LOS BRAZOS Y MEDIANTE UN GIRO DE LAS MUÑECAS DAMOS UN GOLPE SECO AL BALÓN DE TAL FORMA QUE LLEVE EN SU TRAYECTORIA UN GIRO EN SENTIDO AL PASADOR.**



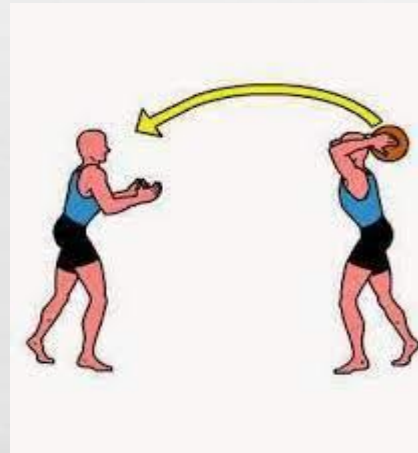
PASE DE PIQUE



- **LA MECÁNICA ES BÁSICAMENTE SIMILAR A LA DEL PASE DE PECHO, LA DIFERENCIA SE DA EN QUE EL BALÓN REBOTA EN EL SUELO ANTES DE LLEGAR AL RECEPTOR, POR LO CUAL LOS BRAZOS HAN DE IR DIRIGIDOS AL SUELO EN LUGAR DE AL RECEPTOR.**
- **LA TRAYECTORIA DEL PASE IRÁ DESDE LA CINTURA HACIA LA RODILLA. ES IMPORTANTE EN ESTE PASE FLEXIONAR BASTANTE LAS RODILLAS PARA DARLE VELOCIDAD. ESTE TIPO DE PASE SE PUEDE REALIZAR CON UNA MANO Y EN ESTE CASO ES IMPORTANTE “SACAR” LA PELOTA DEL CUERPO ALEJÁNDOLA PARA MEJORAR EL ÁNGULO.**

PASE SOBRE LA CABEZA

- **LA TRAYECTORIA DEL PASE IRÁ DESDE SOBRE LA CABEZA, HASTA EL “BLANCO” QUE NOS PONGA. DE TAL FORMA QUE AMBOS BRAZOS REALICEN UNA EXTENSIÓN COMPLETA, ACOMPAÑADO DE GOLPE DE MUÑECA Y LOS DEDOS SE QUEDEN APUNTADO HACIA DONDE HEMOS PASADO.**



PASE DE BÉISBOL O SOBRE EL HOMBRO

- **GENERALMENTE SE USA EN SITUACIONES DE CONTRAATAQUE. SE TOMA EL BALÓN CON AMBAS MANOS APROXIMADAMENTE AL LADO DE LA OREJA DEL LADO CORRESPONDIENTE A LA MANO CON QUE DAREMOS EL PASE. PONEMOS LA MANO DEL PASE DETRÁS DEL BALÓN Y LA OTRA COMO SUJECIÓN.**
- **LA PIERNA CORRESPONDIENTE A LA MANO DE PASE ESTARÁ RETRASADA. EN EL MOMENTO DEL PASE PROYECTAREMOS EL BRAZO FUERTEMENTE HACIA DELANTE, AL MISMO TIEMPO PODEMOS ADELANTAR LA PIERNA O NO DEPENDE DE LA FUERZA QUE TENGA EL PASADOR. SOLTAMOS EL BALÓN CON UN GOLPE DE MUÑECA.**

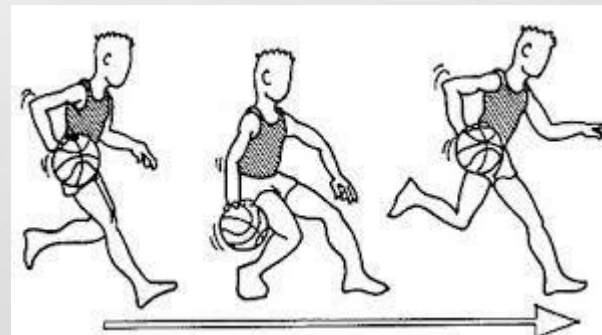


PASES



DEFINICIÓN DE DRIBLING

- **EL DRIBLING EN BALONCESTO, TAMBIÉN CONOCIDO COMO DRIBBLING, BOTE, O MANEJO DE BALÓN, ES EL NOMBRE QUE RECIBE EL RECURSO TÉCNICO QUE HACE UN JUGADOR CUANDO SE DESPLAZA BOTANDO EL BALÓN.**
- **SEGÚN ESTA DEFINICIÓN DE LO QUE ES EL DRIBLING PODEMOS DECIR QUE UN JUGADOR QUE SE DESPLAZA POR EL CAMPO BOTANDO EL BALÓN ES UN JUGADOR QUE ESTÁ DRIBLANDO O HACIENDO UN DRIBLING.**
- **POR TANTO: DRIBLAR ES DESPLAZARSE CON BALÓN.**



LA BANDEJA EN BALONCESTO



REALIDAD DE JUEGO



BASQUETBOL INCLUSIVO



TIPOS DE DEFENSA

- **DEFENSA INDIVIDUAL: ESTE TIPO DE DEFENSA CADA JUGADOR MARCA A UNO RIVAL QUE ESTÉ ATACANDO , NADIE QUEDA SIN MARCA**
- **DEFENSA ZONAL: ESTA DEFENSA SE MARCAN LA ZONA Y NO AL JUGADOR DEBEMOS PROTEGER NUESTRO ARO**
- **DEFENSA MIXTA: ESTE TIPO DE DEFENSA SE CARACTERIZA POR POSEER DEFENSA INDIVIDUAL Y DEFENSA ZONAL , EXISTE UN NÚMERO DETERMINADO DE JUGADORES QUE REALIZARÁN UNA DEFENSA INDIVIDUAL Y LOS SOBREPANTES DEFENDERÁN EN ZONA**

GRACIAS