

la contra

LA VANGUARDIA

ROSER VILALLONGA

“Con pocas aptitudes puedes ser número uno”

Tengo 61 años y me entreno cada día: no puedo exigir a mis chicos que se esfuercen y yo tener barriguita. **Nací en Santiago de Chile.** Me casé a los 45 años y ya tengo dos hijas que son buenas golfistas. **Creo en el trabajo bien hecho y en la sencilla satisfacción que proporciona más que cualquier fiesta.** Participo en el International Tennis Showtime



PAT ETCHEBERRY

ENTRENÓ A AGASSI, SAMPRAS, COURIER, BRUGUERA...

Courier de jovencito era una birria de jugador. No tenía aptitudes.

—¿Por qué lo entrenó?
—Tenía ganas.

—Y llegó.

—Fue el mejor. Sampras lo vio y me dijo: “Si él puede ser el número uno, yo también”.

—¿Y usted qué le contestó?

—Si estás dispuesto a trabajar como Jim, también podrás ser número uno...

—La conclusión es...

—Tus músculos o tu cuerpo no son tan importantes como tu motivación. Sin aptitudes o con muy pocas aptitudes también puedes llegar a ser el número uno.

—¿Cómo?

—Nick Faldo respiraba golf. Era uno de los tipos más disciplinados que he entrenado jamás. Se levantaba al amanecer y a las 6 de la mañana ya estábamos trabajando...

—Un campeón.

—Llegó la Navidad y entrenamos todas las fiestas, cada día a las 6. Pero llegó el día 31 y poco antes de las 12 de la Nochevieja recibí una llamada de Nick. Yo pensé que me llamaba para decirme que no vendría al día siguiente, Año Nuevo...

—Somos humanos.

—“Te voy a pedir algo Pat, me dijo. ¿Puedo venir mañana a las 7 en vez de a las 6?”

—¿Eso es un número uno!

—Yo he entrenado a Agassi, Sampras, Courier, Bruguera, Arantxa, Capriati, Monica Seles, Sabatini, y ahora soy el “coach” de la número uno del mundo: Justine Henin. Durante 30 años he dirigido el trabajo de golfistas como Faldo o Ernie Els, corredores de Indianápolis, jugadores de hockey sobre hielo, béisbol, baloncesto... Muchos métodos de entrenamiento de un deporte innovan otro.

—¿Entrenaba usted a más de un deportista de élite a la vez?

—Sí y eso es una ventaja.

—¿Por qué razón?

—Un día me llamó Sampras: “Pat, estoy cansado y me voy a jugar a golf un ratito en vez de entrenar esta tarde”.

—Muy mal.

—Yo le dije: “¿Sabes que está haciendo Bruguera? ¿Sabes qué hace Agassi esta tarde?”.

—¿Y Pete se lo repensó?

—Me dijo: “OK, Pat, nos vemos en la cancha en media hora”.

—Estos chicos son muy competitivos.

—Viven para ganar. Yo también lo soy. Pete quiere ganarme a todo: a las cartas, a las canicas, al parchís, a cualquier cosa en la que se pueda competir. Y se emociona siempre.

—¿Cuánto les cobra usted?

—La pregunta es: ¿cuánto pueden ganar? Yo trabajo a comisión, amigo. Si ellos no ganan plata, yo tampoco. Así que yo ya me aseguro de apostar con mi tiempo sólo por los que tienen potencial. ¿Ha visto a la Henin, mi número uno?

—Deslumbrante, sí.

—Pues no está dotada físicamente, pero mordía de ganas de ganar. Así que me puse a trabajar con ella muy en serio. Y ya ve.

—¿Y si uno de sus chicos sale demasiado por las noches?

—Me aseguro de darle tal paliza entrenando a la mañana siguiente que se lo piense dos veces otra noche antes de salir.

—Usted es un mal bicho.

—Soy realista. Sin planificación mental ni concentración no hay victoria. El contrario no va a aflojar porque tú, pobrecito, hayas salido de copas la noche anterior.

—¿Tener novia resulta bueno o malo para el campeón?

—Depende de ella. Hay relaciones que te estresan y te desestabilizan.

—Pero pueden enganchar.

—Cuando ella te dice: ¿Es más importante el tenis que yo? Eso es un problema. Si te invita a una velada de madrugada la noche antes

LO QUE HACES

En su colegio de Chile, el profe le obligó a competir en lanzamiento de jabalina y perdió por un par de metros. Se sorprendió a sí mismo humillado por la derrota y levantándose al amanecer para entrenar antes de clase. Ganó. Consiguió una beca como atleta y se fue a la Universidad de Kentucky, desde donde llegó a ser atleta olímpico. Después descubrió que los deportistas de elite no sabían cómo mejorar sus marcas porque fallaban en la formación atlética y se hizo famoso al conseguir éxitos espectaculares con las grandes estrellas del tenis, el golf o el baloncesto. Luego aplicó su método de mentalización a los pilotos de Indianápolis y a los grandes deportistas de competición. Me lo resume en cinco palabras: concéntrate en lo que haces

del campeonato, tal vez esa chica no te con venga. Si, en cambio, tu pareja adapta sus horarios a los tuyos para que estés siempre relajado y te da confianza y seguridad... adelante: vais a ser números uno los dos.

—¿Número uno! ¿Qué obsesión! Es usted un pesado con el número uno.

—No crea. Hay atletas de elite que me han dicho que no aspiraban al número uno, que querían ser de los mejores y punto. Cobran menos y yo también, pero es igualmente legítimo y yo lo acepto.

—Muy juicioso.

—Bueno, a mí me gustan más los que no pueden evitar ser los mejores.

—¿En qué se parecen los campeones?

—Todos tienen un ritual para la victoria. Uno de mis mejores corredores de Indianápolis, por ejemplo, dormía la siesta siempre justo antes de jugarse la vida en el circuito.

—¿Y si le llega un campeón mujeriego?

—Le diré que si gana el Grand Slam podrá tener todas las chicas que quiera.

—Eso no sé si es muy ético.

—Yo soy un “coach” y queremos ganar. Si me dice que le gustan los coches, le diré que, si gana, tendrá los que quiera. Estudio el carácter de mi deportista y descubro por dónde entrarle para que lo que más le apetezca cada minuto de su vida sea entrenar, prepararse, disciplinarse y, al fin, ganar.

—Está usted muy cachas.

—No puedo pedir a mis chicos que se machaquen y yo mientras dejar que me salga barriguita y llegar al campo fumando. A menudo les demuestro que a mis 61 años puedo hacer el doble de series de ejercicios que ellos.

—¿Hasta cuándo piensa seguir?

—Hasta que deje de divertirme entrenando, pero creo que todavía falta mucho para eso. Si quiere le echo una carrerita.

LLUÍS AMIGUET

Elegancia natural. Suzuki Jimny Pixel



Serie especial por sólo **13.800€***

- Aire Acondicionado
- Tracción "Drive Select" 4x4
- ABS
- Doble airbag
- Elevalunas eléctricos y cierre centralizado
- Faros antiniebla
- Carrocería bicolor
- Volante de cuero
- Tapicería especial
- Salpicadero y pomos en metálico



3 años de garantía

*Incluye IVA, impuesto de matriculación. No incluye gastos de matriculación y pre-entrega. Consumo mixto (L/100 Km): 7,5. Emisiones CO₂ (g/Km): 179.

BARCELONA MEGACAR - Aragón, 29 - Tel. 932 260 728 - Travessera de Gracia, 32 - Tel. 932 004 122 - ROMAGOSA - St. Antoni M^o Clarat, 272 - Tel. 933 481 911 - Psg. Zona Franca, 85 - Tel. 932 895 186 - BADALONA GODIA - M^o Cristina, 3 - Tel. 933 995 457 - GRANOLLERS PALET - Rda. Sud, 10 y 12 - Tel. 938 791 341 - MARTORELL ABENZATRILLES - Av. Generalitat, 12 - Tel. 937 760 848 - MATARÓ ROMAGOSA/MANTÉ - Av. Maresme, 125 - Tel. 937 903 721 - PINEDA GORDON - Garbí, 68 - Tel. 937 623 493 - RUBI JANER - Av. del Estatut, 161 - Tel. 936 992 058 - SABADELL LÓPEZ ORUS - Ctra. Terrassa, 304 - Tel. 937 260 922 - SANT BOI CLOTET - Ctra. Sta. Creu de Calafell, km 9,8 - Tel. 938 545 451 - SANT CELONI MOTOR CAR 2002 - Ctra. C-36, km 56,6 - Tel. 938 673 508 - SANT CUGAT GUIX - Francesc Moragas, 13 - Tel. 936 740 910 - SANT JOAN DESPÍ VILALTA - Dels Freres, 9 - Tel. 934 770 252 - TERRASSA BLAUCAR - Perodista Grané, 75 - Tel. 937 310 987 - VILAFRANCA FERNÁNDEZ - Ctra. Moja, 15 - Tel. 938 900 837 - VILANOVA AUTODEDRA - Ronda Ibérica, 15 - Tel. 938 144 845

44003

