

Deportes

Sergi también se despidió del Barça
PÁGINA 46



Los Lakers resisten ante los Kings
PÁGINA 48

MUNDIAL DE FÚTBOL DE COREA Y JAPÓN

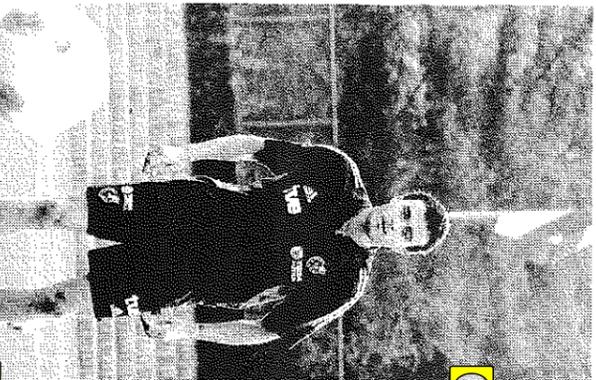
La selección pone la directa

Lorenzana asegura que el equipo llega mejor en lo físico que en la Eurocopa

DAGOBERTO ESCORCIA
Urbán. Enviado especial



Un circuito fuerte, intenso, con abdominales, saltos cortos, aceleración, contacto con el balón, zigzag, que finalizaba con el centro de unos y el remate de otros ante los porteros marcó el comienzo de la última etapa de preparación de la selección española ayer en su campo de entrenamiento en Corea del Sur. Seis días después de haber llegado a terreno coreano, el equipo abrió su puesta a punto cara al primer encuentro que disputará contra Eslovenia el próximo domingo. Todo lo que se había hecho hasta ahora, que a simple vista parecía nada, estaba destinado a la aclimatación de los jugadores a la nueva zona horaria tras el desfase sufrido con las siete horas de diferencia que hay entre España y Corea del Sur. Carlos Lorenzana, preparador físico de la selección, mostró su optimismo a este diario y declaró: "Hemos llegado a este Mundial en mejores condiciones que a la Eurocopa de Bélgica y Holanda. Mejor en todos los aspectos, físico, anímico y psicológico".



Luis Enrique, en el entrenamiento

LA DOBLE CARGA

Los cuatro primeros días, los más delicados para aceptar el nuevo horario

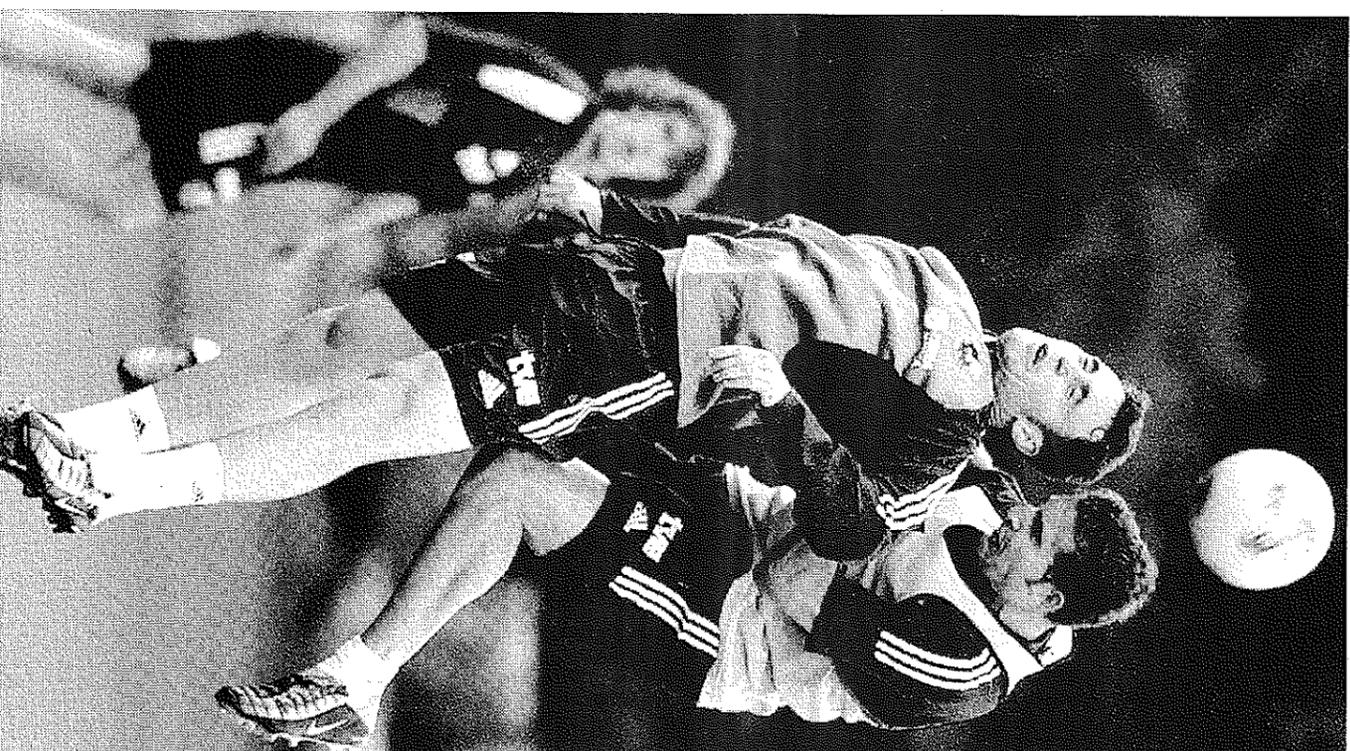
EL "JET LAG"

Para superar el cambio horario lo ideal es un día por hora de desarreglo

La pobre impresión que dieron los jugadores en los dos partidos de preparación ante equipos coreanos, y en los que se observó a unos futbolistas débiles, faltos de velocidad y ritmo, ya estaba advertida en un informe que el INEF de Galicia había enviado al cuerpo técnico de la selección, a través del Servicio de Apoyo al Rendimiento Físico del Deportivo de La Coruña, que dirige Rafael Martínez Aceiro. En el mismo se especificaba claramente las dificultades de adaptación que se iban a encontrar los jugadores a causa del cambio de horario.

"Si en los primeros días de estancia se realizan sesiones de alta intensidad se colocará a los futbolistas en situación de responder a una 'doble carga' ('jet lag' más alta intensidad) por parte de los mecanismos retrasando sus efectos y no garantizándose la mejor condición de los jugadores que tengan más dificultades en la adaptación para el primer partido", explica el estudio al que ha tenido acceso este diario.

Continúa en la página siguiente



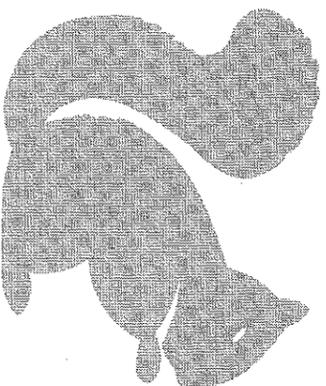
Sergio González lucha por un balón por alto ante el acoso de Baraja

La nueva noche

Sostiene Lorenzana que la principal causa del mal resultado de los maratonianos españoles en el Mundial de Edmonton el año pasado fue producida por los efectos del "jet lag". "Creo que salieron a competir al quinto día de llegar a Canadá", afirma el preparador físico. Oscar Fernández fue el primer español, el 15. El informe del INEF de Galicia destacaba que en ese proceso de adaptación el deportista descubre una nueva noche en la que el insomnio le supera. Se dice también que en los Juegos de Los Angeles los deportistas que mejores rendimientos obtuvieron fueron los que se adaptaron mejor al cambio de horario.

España fue la primera selección en llegar a Corea y Argentina la primera en llegar a Japón. El equipo técnico de la federación, previamente, recomendó a los jugadores que, desde el 13 de mayo, cenaran y se acostaran 20 o 30 minutos antes cada día. Más revolucionario fue el método del atleta Alberto García que, antes de Edmonton 2001, programó entrenamientos a las tres de la mañana por Valencias. Le salió bien.

Cruyff, cuando el Barça tuvo que jugar la Intercontinental en Tokio, al tener tiempo para la aclimatación optó por la directa: "Llegamos y jugamos". Perdió. Y por último, Zidane, acabado de llegar, jugó ante Corea. Solo aguantó 35 minutos. Sufrió una lesión muscular. Era su día crítico.



GRUPASSA

cuestión de prestigio

900 77 55 55

En GRUPASSA contamos con el mejor equipo para vender su piso de forma efectiva. GRUPASSA compra su piso al contado.

Membre d'Honor de la Fundació



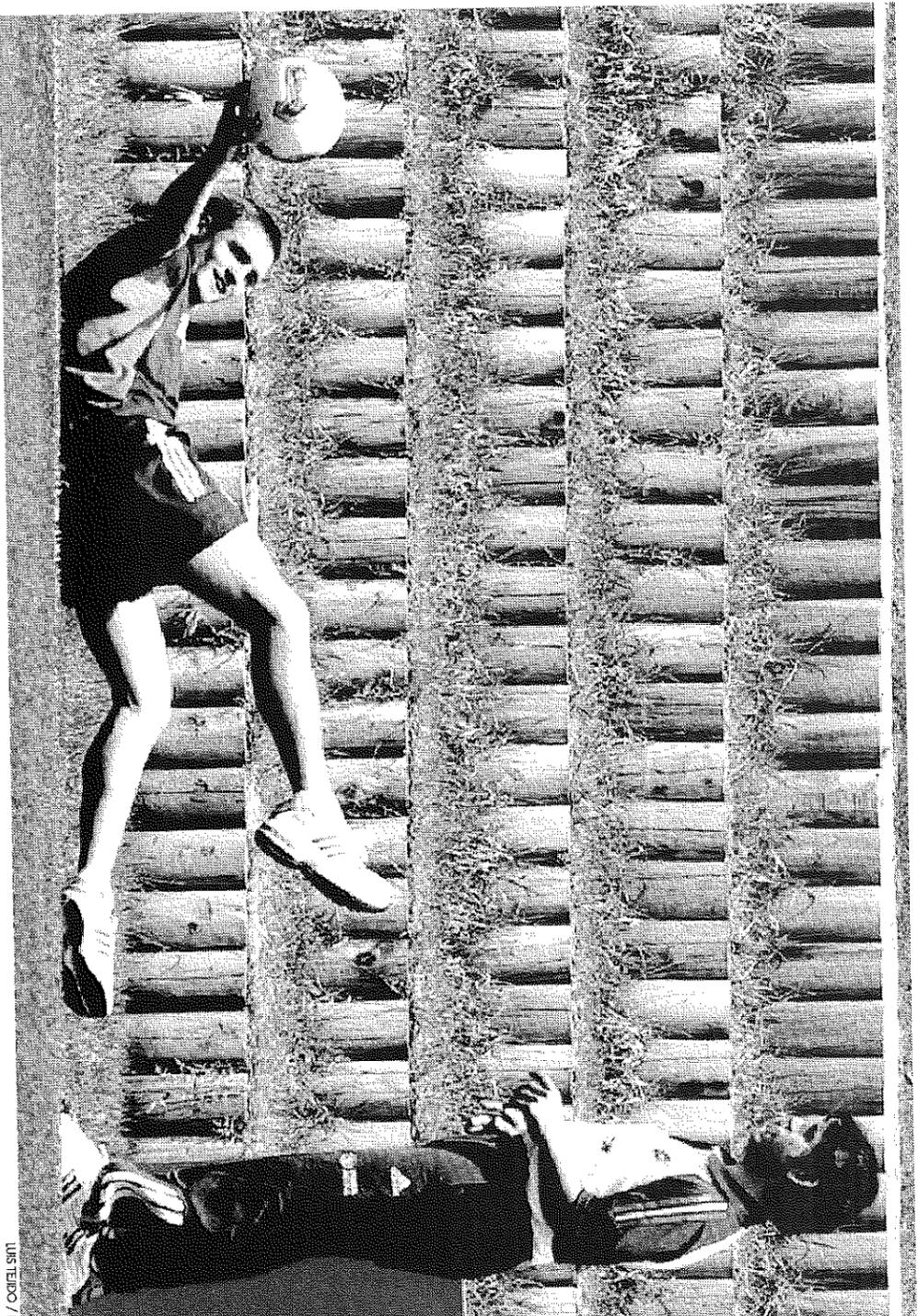
FUNDACIÓ FC BARCELONA



MUNDIAL DE FÚTBOL DE COREA Y JAPÓN El dinero que mueve el torneo

Cañizares entra en el reparto de las primas

El portero, que está lesionado, cobrará 480.000 euros si el equipo queda campeón o nada si no pasa a octavos



UNS TELFEO / EFE

Cañizares aprovecha la estancia en Ulsan con la selección española para realizar ejercicios de recuperación de la lesión que sufre

DAGOBERTO ESCORCIA

Ulsan. Enviado especial



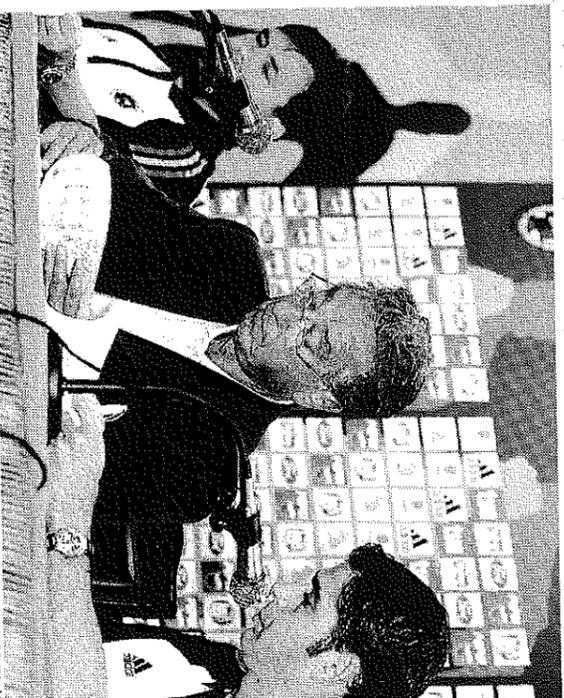
Solidaridad o comunismo debe de ser el nombre que identifique a un gesto como el que los

23 jugadores inscritos por la selección española han tenido con Santi Cañizares, el portero del Valencia, al que un accidente en el baño del hotel de la concentración de Jerez le ha imposibilitado para disputar el Mundial. Cañizares, no obstante, enyesado como estaba, con muletas como está, recién convertido en padre, quiso viajar con el equipo sin pararse a pensar que el viaje era de trece horas y que aquí apenas iba a pintar algo. Ese querer estar en la selección fue agrado ayer por sus compañeros que lo incluyeron en el reparto de las primas pactadas con la federa-

ción y que oscilan de nada, si no pasan a octavos de final a 480.000 euros por cabeza si quedan campeones del Mundial.

Dice Camacho, que cobraría el doble, que los jugadores ya no vienen a la selección por el dinero y que, por el contrario, lo único que buscan es más prestigio y gloria y por el interés de lograr éxitos jamás alcanzados por el fútbol español. "El dinero que se llevan es bastante poco comparado con lo que ya ganan en sus clubs. Hace mucho tiempo las primas significaban mucho en la economía de un futbolista, pero ahora no", decía el seleccionador el día que dio a conocer la lista de convocados. No obstante, reconocía que sí, que habría "un buen pellizco si ganamos el Mundial".

Cañizares, 32 años, era el número uno de Camacho, pero pasó a ser el 24, un número que para la FIFA no existe, después que un frasco de



SERICO BARRINCHENA / EFE

Camacho, Padrón y Hierro, durante la firma del pacto de las primas

El objetivo es comer bien y dormir las horas necesarias

Viene de la página anterior

El equipo español ha obrado en consecuencia y ha ido paso a paso. "El jet lag es más importante de lo que la gente piensa", señala Carlos Lorenzana. "Un cambio de horario tan grande como el que vivimos provoca una lucha interna entre el reloj biológico, que quiere regular las ho-

ras de sueño y vigilia, y el propio organismo que no está dispuesto a adoptar otras cosas. Eso produce una fatiga. Y sólo se supera con una buena alimentación y con horas de descanso adecuadas."

Lorenzana sostiene que "el peor día no es el primero ni el segundo, sino el cuarto y el quinto", y que lo necesario para sentirse completa-

mente adaptado es "un día o día y medio por hora de desarréglo; entonces el cuerpo funciona bien.

Hoy, por primera vez, he notado un cambio a mejor, por eso ya empezamos otro tipo de entrenamiento más duro", afirma Lorenzana que elogia el estudio del INEF de Galicia: "Con ese informe profundo, la experiencia que tuvimos en Sydney y los datos de los médicos de los clubs, hemos recopilado todas las pruebas útiles para ajustarnos a los jugadores", añade.

Una vez superada esa fase de aclimatación, Camacho ordenó ayer acelerar la preparación en doble for-

LA RECTA FINAL

Superada la fase de asimilación, el equipo

preparó ayer en busca del mejor punto de forma

SIN MIEDO A LESIONES

"Es difícil que aparezcan lesiones musculares porque los fisios han cuidado los detalles"

Los jugadores han arriesgado en busca del todo o nada. Han firmado que de no pasar a octavos no cobrarían nada, y el dinero que tendrían de fijo, sea destinado para la ciudad deportiva que la Federación Española está construyendo en Madrid. Si se clasifican para octavos cobrarían 60.000 euros, y ya no cobrarían otra prima hasta obtener el pase a las semifinales, donde recibirían otros 120.000 euros. Estar en la final supondría 120.000 más y quedar campeón otros 180.000. Total, 480.000 euros en bruto, muy por encima de los 300.000 pactados por los franceses. La Federación aseguró que estos premios no han sido asegurados dado que las compañías exigirían cobrar un 32% del total. ●

colonia, Gío de Armani, le causara una herida en un tendón del pie derecho, que lo mantendrá alejado de los campos de juego cerca de dos meses. En el año de su consagración como portero, campeón de Liga con el Valencia, "Cañete", como le llaman sus compañeros, tiene todo el aspecto de ser un hombre presumido y de estar mirándose al espejo constantemente. Jugó toda la temporada con el pelo teñido de dorado

CAMACHO

"El dinero que se llevan es poco comparado con lo que ya ganan en sus clubs"

SIN SEGURO DE PRIMAS

No hay seguro dado que las compañías pedían cobrar un 32% del total

y al acabar la Liga se lo puso color rojizo. Esta forma de ser, y la explicación de cómo se hirió -"el frasco se cayó y quise pararlo con el pie y ahí se produjo la herida"- es la que no ha evitado que las malas lenguas imaginen y empiecen a regar otra teoría sobre el accidente que dicen que no fue con un frasco de colonia sino cuando se rasuraba las piernas.

El caso es que la presencia de Cañizares en la concentración ha sido muy alabada por sus compañeros que encuentran en su decisión un plus más de energía, fuerza y confianza, según dijo Raúl, uno de los capitanes, que junto a Hierro, Nadal y Luis Enrique firmaron ayer con Juan Padrón, vicepresidente y tesorero de la federación, el acuerdo por las primas.

Los jugadores han arriesgado en busca del todo o nada. Han firmado que de no pasar a octavos no cobrarían nada, y el dinero que tendrían de fijo, sea destinado para la ciudad deportiva que la Federación Española está construyendo en Madrid. Si se clasifican para octavos cobrarían 60.000 euros, y ya no cobrarían otra prima hasta obtener el pase a las semifinales, donde recibirían otros 120.000 euros. Estar en la final supondría 120.000 más y quedar campeón otros 180.000. Total, 480.000 euros en bruto, muy por encima de los 300.000 pactados por los franceses. La Federación aseguró que estos premios no han sido asegurados dado que las compañías exigirían cobrar un 32% del total. ●

nada. "Con este circuito buscamos acciones más explosivas, y potencia para dirigir la velocidad. Hemos empezado lo que se llama el microciclo de partido una vez hemos superado la doble carga. Este es el trabajo que nos va a mantener durante el Mundial", explica el preparador físico. Preguntado sobre si en la selección se puede dar una lesión muscular como la sufrida por Zidane, Lorenzana dijo: "Es difícil que aparezcan lesiones musculares. Trabajamos mucho en el gimnasio y los fisioterapeutas están cuidando todos esos detalles. Puede aparecer, pero soy muy optimista". ●

Información y reservas en:
www.airecatalunya.com

Girona ↔ Madrid 112€ / Reus ↔ Madrid 96€

902 10 42 42

Horarios de ida y vuelta a:

Palma ↔ Mahón / Ibiza ↔ Menorca / Girona ↔ Palma / Ibiza ↔ Palma / Reus ↔ Tànger

Air Catalunya