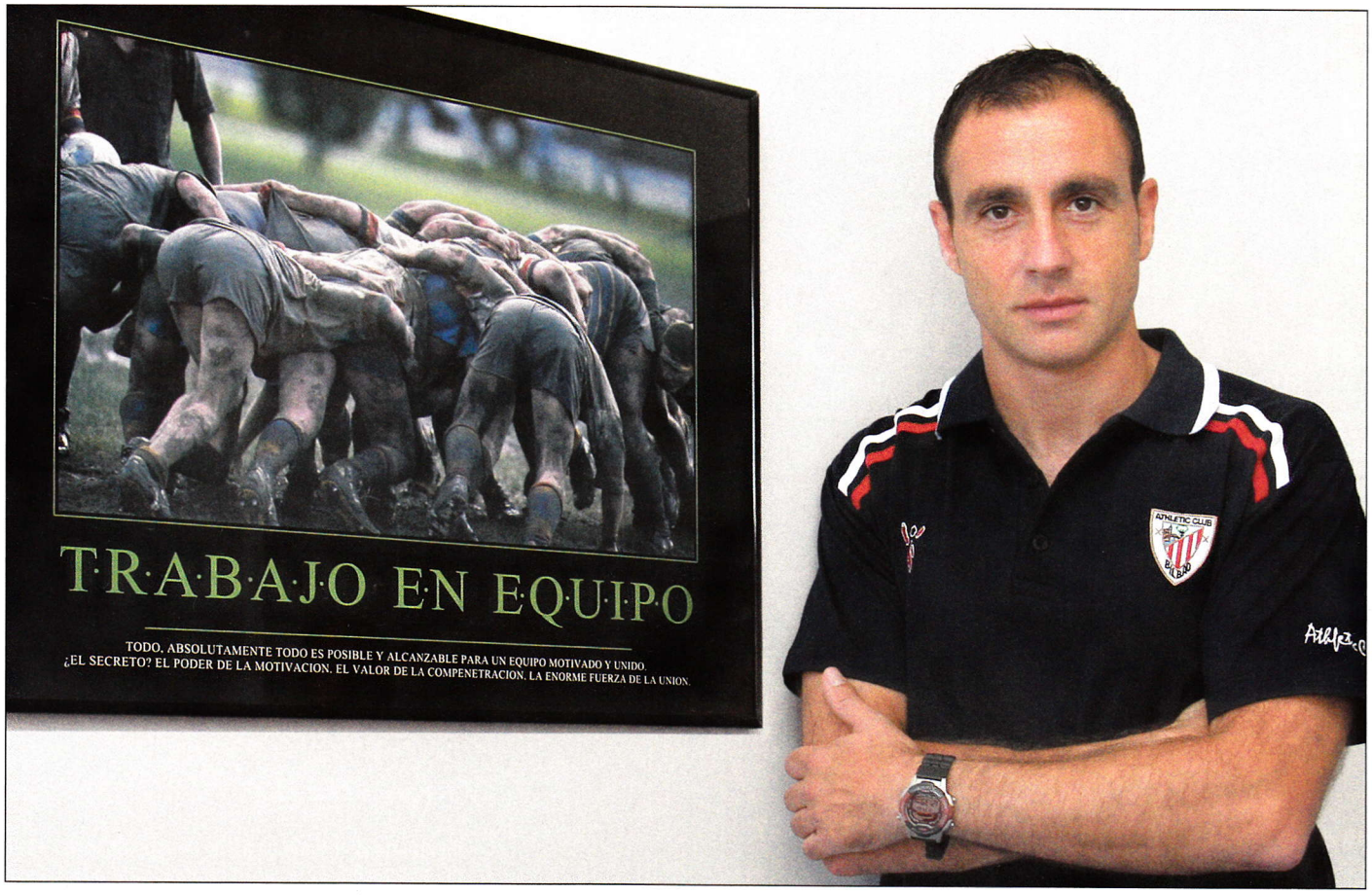
"Tener la posibilidad de vivir esto es la 'leche'"

Javier Reyes, preparador físico del Athletic Club, opina que "tenemos que ser de los mejores porque tenemos instalación y personal"



La contratación de Joaquín Caparrós para el banquillo del Athletic Club supuso también la incorporación a la disciplina rojiblanca de dos hombres que gozan de la entera confianza del técnico utrerano. 'Luci' Martín llegó como segundo de a bordo, mientras que nuestro protagonista de este número, Javier Reyes (Granada, 1970), vino para hacerse cargo de la preparación física.

Reyes aterriza en el 'Botxo' después de haber ejercido en numerosas escuadras. Su camino arranca en la Preferente andaluza, en el Pinos Puente de su provincia natal. "Eso me aportó muchísimas cosas, porque ahí se entrena con dificultades al no tener ni estancias, ni material, ni disponibilidad horaria de los jugadores", recuerda. Tras aquello, debuta en Tercera con el Granada B y, más tarde, salta al profesionalismo en el Ceuta. Después, tres años en Albacete (donde coincide con Aitor Ocio), Poli Ejido, Recreativo, un año de 'exilio' en Inglaterra para "aprender un poco más" y, súbitamente, llamada de Caparrós. "Cuando salió del Sevilla, yo en ese momento estaba sin equipo y por un cúmulo de circunstancias me llamó y pensé que la oportunidad de aliarme con un entrenador como él era más que atractiva. Le conozco desde hace tiempo porque nos hemos enfrentado, pero nunca habíamos trabajado juntos ni conversado a nivel profesional, pero

por la información que tenía, admiraba su forma de llevar los equipos. En cuanto me lo propuso, le dije claro: 'si hace falta, voy de rodillas a Sevilla'. Y así hasta hoy", rememora.

Pasó a ejercer junto a Caparrós en el Deportivo hasta que en julio, tras el triunfo de García Macua, acompaña al míster en su nuevo periplo. Y nada más llegar, sin apenas tiempo para asentarse en su nueva ciudad, empieza la pretemporada, período clave en la labor de un preparador físico. "Lo primero que hicimos fue testar las capacidades de los jugadores a nivel grupal e individual, y a partir de ahí diseñar el trabajo general y el específico en función de esos valores obtenidos".

"Tal como está la competición ahora, el trabajo de fuerza es fundamental. El jugador es cada vez más atleta auténtico"

En su faceta, Reyes no está solo. Cuenta con el apoyo de "dos grandes profesionales", como Manolo Delgado y Xabier Clemente, con quienes mantiene una "fácil" coordinación. "Nuestro deber es optimizar todas las vías de trabajo, y es lo que intentamos en todas las áreas, ya sea en el trabajo de fuerza con Xabi o en el de readaptación con Manolo. Hay que coordinar todos los aspectos, no sólo la preparación física general y específica de cada uno, sino también el trabajo preventivo, del que también se encarga Manolo, dejándonos al jugador en bandeja para que yo lo pueda ir introduciendo de nuevo en el grupo sin ningún problema", explica.

Un día normal en Lezama comienza para Reyes una hora antes del inicio del entrenamiento, con la finalidad de "comentar los últimos flecos de la sesión con todos los técnicos". Para organizar el trabajo, a menudo se necesita tiempo "porque a veces hay

Alzaga su concesionario Audi en Bizkaia

Alzaga, su concesionario Audi pone a su disposición sus instalaciones en Bilbao, Barakaldo y Gernika. Tres espacios diseñados para admirar toda la gama de automóviles Audi. Con talleres equipados con los últimos avances para garantizarle que su automóvil está siempre en las mejores condiciones. Descubra en Alzaga una nueva forma de disfrutar del automóvil con los servicios exclusivos Audi y la atención personalizada que usted se merece.

Audi

Alzaga

Alzaga - Audi es el coche oficial
del Athletic Club para la temporada 2006-2007
www.alzagamotor.com

Próximamente:
Máximo Agirre, 6
48011 Bilbao

Amonaga Industrialdea, 1
Tel: 94 627 07 57
48300 Gernika

Edificio AUDI
Behurko Zaharra
Tel. 94 437 05 18
48902 Barakaldo

Ctra. Bilbao - Galdakao, 28
Edificio Audi Bº Bolueta
Tel.: 94 459 76 16
48004 Bilbao

"Viví la experiencia del fútb
todo el mundo va por la ca

que colocar material en el campo". Cuando finaliza la sesión, llega el turno del diálogo. "Comentamos qué se puede mejorar, qué impresiones nos han causado ciertos aspectos individuales... Hasta ahora, casi siempre hemos trabajado en un régimen de concentración, con lo cual la dinámica es mucho más regular: terminas, dejas tiempo para que los jugadores que necesitan atenciones especiales (masajes, frío, etc...) puedan tenerlas, y salida en el autobús para la comida".

El fútbol aguerrido y racial que propugna Joaquín Caparrós tiene su reflejo, a efectos de preparación física, en el anteriormente aludido trabajo de fuerza. En este sentido, nada más llegar a Lezama, el nuevo cuerpo técnico apostó por una remodelación del gimnasio para ajustarlo a su forma de entender el trabajo. "Intentamos darle más intimidad y, sobre todo, más funcionalidad. Decidimos separar el área de los 'fisios', de las atenciones especiales, para darles esa privacidad necesaria", nos cuenta Reyes antes de justificar estos cambios. "Tal y como está ahora la competición, el trabajo de fuerza es algo fundamental. El jugador es cada vez más atleta auténtico, por lo tanto —añade— tenemos que desarrollar todas sus capacidades y su potencial técnico, táctico y físico". El fútbol de hoy día es muy exigente, se recorre más distancia y a más velocidad, por lo cual "si ésas son las exigencias, tenemos que ser de los mejores porque tenemos instalación y personal. Por tanto, ése va a ser uno de nuestros pilares".

En el plano personal, Javier Reyes está "contento". Se ha instalado en Bilbao y ya se ha traído a la familia (está casado y fue padre hace sólo nueve meses). "Como paso mucho tiempo fuera, quería que ellos tuvieran la posibilidad de salir por aquí y tener vida. Me gusta la tranquilidad, pero preferí venirme a

Indar-jokoaren aldekoa

Javier Reyes (Granada, 1970) Athletic Clubera iritsi zen udaran Joaquin Caparrosen eskutik lehoien prestaketa fisikoaz arduratzeko, Manolo Delgadorekin eta Xabier Clementerekin batera. Reyes, Utrerako teknikaria bezala, indar-lanaren jarraitzaile sutsua da. Lezamara heldu eta berehala, talde tekniko berriak ginmasioa birmoldatzea eskatu zuen futbola ulertzen duen modura egokitzeko asmoz. "Gaur egun lehiaketa dagoen moduan ikusita, indar-lana funtsezkoa da. Jokalaria gero eta gehiago benetazko atletaren itxura hartzen ari da, beraz, bere gaitasun guztiak, bere potentzial teknikoa, taktikoa eta fisikoa garatu behar ditugu", azaldu du Reyesek. Egungo futbolaren exijentziak abiadura handiagoz gero eta distantzia gehiago korrika egitea behartzen du, hortaz, "horiek badira nahikeriak, onenetarikoak izan behar gara instalakuntzak eta jokalari onak ditugulako. Hori izango da gure zutabeetako bat". Bestalde, Reyes pozarren dago Bilbon. "Poz-pozik nago, hemen futbola era desberdinez bizi da", dio elkarrizketan.

nglés y aquí se siente parecido, con sus logos del Athletic"

Bilbao pensando más en ellos", reconoce. En cuanto al Athletic, Reyes ya está ganado para la causa. Y si no, vean: "Esto es especial, y eso se palpa desde el primer momento en que pisas la calle. Te das cuenta de que has venido a un sitio que vive el fútbol de una forma muy diferente, y eso, para el profesional, es la hostia (sic), de verdad. La gente vive su equipo con una pasión... Es 'su' equipo, con letras mayúsculas, y para nosotros, tener la posibilidad de vivir esto, es la 'leche'. Estoy encantado. Viví, aunque sea de lejos, la experiencia del fútbol inglés y cada vez que me llaman de allí y me preguntan digo que es muy parecido, ese sentimiento por su equipo solamente lo pueden vivir ciudades muy contadas. Y ésta es una de ellas. Y no es que lo diga yo, es que lo palpas, todo el mundo va por la calle con sus logos del Athletic, la gente te dice que han estado rezando por nosotros... Esto es increíble", concluye.

CLINICA BAVIERA
INSTITUTO OFTALMOLOGICO EUROPEO
corporate

Promoción especial en corrección visual por láser para socios y sus familiares directos del
Athletic Club

Miopía • Hipermetropía • Astigmatismo

	Tarifa privada	Tarifa Athletic Club
Consultas	75 €	35 €
Corrección por láser*	1.050 € 1.150 €/ojo	975 €/ojo

*Excepto tratamientos especiales de Lasik customizado. 20% de descuento en resto de tratamientos y servicios excepto en el tratamiento de la presbicia y prótesis.
Condiciones de financiación personalizadas.

En pocos minutos · Sin dolor ni hospitalización · Con anestesia tópica (gotas)

Ahora, por ser socio del **Athletic Club**, durante los meses de **noviembre y diciembre** si corriges tu miopía, hipermetropía o astigmatismo te obsequiaremos con un **reloj***.

Imprescindible acreditación en su primera visita a la clínica. Para solicitar el reloj consulte con nuestro departamento comercial.

*Reloj valorado en 150€, el de la fotografía o similar.
Fecha límite para solicitar el reloj 31-01-08.

C/ Ibáñez de Bilbao, 9 y C/ Alameda Mazarredo, 65. Bilbao. Tel. 946 611 940. Dr. Andoni Arias Fernández, Dr. Julio Ortega Usobiaga y Dra. Begoña De Damas (Especialistas en Oftalmología y Cirugía Oftálmica)
C/ Manuel Iradier, 33. Vitoria. Tel. 945 123 628. Dr. Ramón Jiménez de Muñana y Dr. Juan Luis Vicente (Especialistas en Oftalmología).

902 130 100
www.clinicabaviera.com

A CORUÑA • ALBACETE • BARCELONA • BILBAO • BURGOS • CASTELLÓN
CIUDAD REAL • GIJÓN • MADRID • MÁLAGA • MURCIA • PAMPLONA
SEVILLA • TARRAGONA • VALENCIA • VALLADOLID • VIGO • VITORIA • ZARAGOZA