

LUEGO DE UN MUNDIAL HAY MÁS TRABAJO

Seirul·lo y el reto de una pretemporada post-Mundial

Paco Seirul·lo, preparador físico del Barça aseguró que una temporada después de un Mundial siempre es complicada por el estrés de partidos con los que llegan los jugadores



Seirul·lo en una imagen de Archivo Foto: Archivo

SPORT.ES

Si bien hace dos semanas que acabó la temporada, y ahora buena parte de la plantilla azulgrana se encuentra en la concentración para el Mundial de Sudáfrica, los preparadores físicos del club catalán saben que tendrán bastante trabajo para cuando vuelvan.

"Durante la primera vuelta cuesta mucho que mantengan el estado de forma por todo el desgaste acumulado. Lo que intentamos hacer en estos casos es incrementar las rotaciones y entrenar menos con el grupo que jugó el Mundial y a partir de ahí buscar un segundo estado de forma de un nivel más alto" explicó Seirul·lo.

De igual forma el preparador aseguró que le gustan los retos y que prefiere afrontar una temporada donde en el verano hubo competición. "Una de las cosas más importantes en la vida es tener un reto. Cuanto más difícil nos lo pongan, nuestro trabajo es más atractivo" afirmó Paco.

Los jugadores que han estado en el Mundial se preparan físicamente de otra forma que a los futbolistas que no acudieron. Los que se han quedado en casa: "Las primeras tres semanas dejamos que descansen en su totalidad, pero luego la cuarta semana en inactividad física no es recomendable, por esto, les pedimos que hagan algún tipo de ejercicio para que vayan cogiendo tono" advirtió el preparador físico del Barça, Seirul·lo