

## FUTBOL



El tècnic del Fraga, el lleidatà Juan Carlos Oliva, s'ha estrenat en el món de les lletres amb la

publicació del seu primer llibre, on reflexiona sobre diferents aspectes relacionats amb la

salut dels futbolistes i la importància d'exercitar-se correctament durant tot l'any.

MAITE MONNÉ



Juan Carlos Oliva, al costat dels tres volums i els tres vídeos que configuren la seua primera obra.

# Una lliçó sobre el futbol

El tècnic del Fraga, Juan Carlos Oliva, ha escrit un llibre per a entrenadors

### TONI SIMÓ

LLEIDA

El tècnic del Fraga, Juan Carlos Oliva, ha volgut plasmar per escrit la seua experiència com a jugador i tècnic professional i, sota el títol *Entrenamiento competitivo, aplicación de la frecuencia cardiaca en el entrenamiento del fútbol*, presenta al mercat editorial el seu primer llibre, que ha elaborat al costat del tècnic del Celta Juvenil, Manuel Conde.

El tècnic lleidatà, de 38 anys d'edat i llicenciat en INEFC, és un autèntic estudiós del futbol i durant els últims cinc anys ha recopilat dades sobre la manera de tre-

ballar dels tècnics anglesos, brasilers, francesos, holandesos i italians, que tenen una forma de planificar les sessions preparatòries que està molt lluny de com ho fan els tècnics espanyols. Segons afirma Oliva: "El nivell de professionalitat del nostre futbol encara està molt lluny del que hi ha, sobretot, a Itàlia, on la majoria d'entrenadors cuiden fins a l'últim detall en la preparació dels seus homes." Per ell, la principal llacuna dels entrenaments dels equips espanyols és "que es realitzen normalment al matí a una hora en què gairebé els

jugadors mai disputaran un partit". "Per aquest motiu, crec que és beneficiós per als futbolistes intentar exercitar-se a la mateixa hora en què es disputarà el partit per conèixer quina serà la seua resposta durant la competició."

El seu estudi compta amb la col·laboració de l'extècnic blaugrana Radomir Antic, que ha sigut l'encarregat d'escriure el pròleg de l'obra. "L'editorial Instituto Monsa em va posar en contacte amb Antic, que va quedar entusiasmada davant del nostre projecte", va assenyalar el tècnic lleidatà. ●

**"El nivell de professionalitat del futbol espanyol està lluny del que hi ha, sobretot, a Itàlia"**