

## Tenis Open de Australia

# Un virus, ajedrez y jamón adulterado

Robredo y su entrenador, Clavet, explican su plan para medirse hoy a Federer

J. J. MATEO, Melbourne  
Tommy Robredo es el más científico de los tenistas españoles. Conoce al milímetro su cuerpo, el porcentaje de grasa de cada uno de sus músculos, los golpes que debe mejorar, aquéllos que le dan ritmo y confianza... Robredo, que hoy por la mañana (9.30, La 2) juega contra Roger Federer por un puesto en las semifinales del Open de Australia, la primera cita anual del Grand Slam, tiene calculado que cada noche victoriosa puede cenar una hamburguesa con tocino mientras ve una de las cientos de películas que guarda en el disco duro externo de su ordenador. Al día siguiente, se entrena sin camiseta y con su técnico, Pepo Clavet. Es el momento de las consignas, la táctica

**“Hay que preparar el duelo y disfrutarlo. No hay nada que perder. Lo que haga estará bien”**

y la elaboración de un plan maestro para ganar al suizo, al número uno.

Los entrenamientos de Robredo son un *tres en uno*. Hay alfiles y peones. Golpes de tenis. Y jamón. “El mío es de pata negra”, le espeta Pepo refiriéndose a su revés cortado, uno de los golpes con los que quiere que ataque a Federer. “El tuyo es serrano. O adulterado”, bromea. “Y eso es perder un peón”, le insiste cuando falla un golpe fácil. “No me pierdas peones. Cómete una torre o un alfil”, continúa Pepo, el culpable de que Toni Nadal, otro aficionado al ajedrez, ande desesperado por el club de Melbourne.

Así, como si fuera un juego de estrategia, con sus reglas estrictas, sus tácticas y sin movimientos gratuitos, Robredo ha elaborado un plan para enfrentarse a Federer, que le ha ganado en los seis partidos que han jugado.

► **“A cinco sets, encantados, igual que su bestia negra”.** La bestia negra de Federer es Rafa [Nadal], dice Clavet; “somos muy amigos y siempre comentamos cómo le juega él. Rafa tiene unas características que le van muy mal a Federer: lucha mucho, le coge el revés alto... Pero Federer hace de todo. Quererte jugar de tú a tú es perder. Hay que hacerle jugar mal, dentro de lo que él puede jugar mal. Si es posible, que corra mucho. Es muy atleta, pero cuanto más se alargue el partido más favorecido se verá Tommy. Federer lo va a tratar de impedir jugándose rápido. Un partido muy largo nos beneficiaría. A cinco sets, encantados. Lo firmo ya mismo”.

► **“Hay que romperle el ritmo”.** “Federer saca muy bien y le gusta dominar y manejar el punto”, comenta Robredo. “Hay que intentar que no sea él quien mande todo el rato porque entonces vas a remolque y dependes de sus aciertos. Eso, ante un jugador que es tan bueno, que tiene tantos, se acaba pagando”, continúa. “Hay que intentar mandar para que vea que no soy el típico jugador que sólo pasa la pelota y que cuando él quiera ganar el punto lo va a ganar”, añade. “Hay que romperle el ritmo”, coincide Clavet, “aunque sea prácticamente imposible. Es lo que llamamos meterle el virus, una cosa que es supercomplicada: no ha perdido un set en todo



Tommy Robredo se relaja jugando al críquet. / ASSOCIATED PRESS

el torneo ni ha llegado a una muerte súbita”.

► **“Que toque la primera bola con el revés”.** “Cuando meta el primer servicio, será muy complicado. En este tipo de pistas, si empiezas el punto con un primero, normalmente vas a llevar la iniciativa”, sopesa el técnico de Robredo; “por eso hay que estar muy atentos a los puntos que salen con segundo saque e intentar que Federer toque su primera bola con el revés. Si eso es posible, se seguirá intentando atacar el revés. Siempre intenta jugar de derecha. Y físicamente es muy rápido, por lo que es muy complicado cogerle de primeras el revés”.

► **“Tirar golpes ganadores cuando la coja con el drive”.** ¿Qué pasará cuando Federer pueda golpear con su temible *drive*? “Atacarle a la derecha es prácticamente imposible”, confiesan Robredo y Clavet. “Cuando le caiga al *drive*, hay que tirarle un golpe ganador porque, como llegue a pegar una segunda derecha, tienes que pasar de atacar a defender y ya te metes en apuros”. “De derecha, se siente muy cómodo y por eso le intentaré jugar más por su revés”, apostilla Robredo.

► **“Morir con las botas puestas”.** “Federer está jugando a un nivel increíble”, reconoce Robredo. “Creo que tengo que hacer

mi tenis porque, si me pongo a inventar un juego para ganarle, no daré mi talla y él se sentirá cómodo. Con mis armas, hay que morir dentro de la pista. Con las botas puestas”.

► **“Con el saque no hay que obsesionarse”.** “Tommy tiene un saque muy abierto a la derecha que está haciendo mucho daño hasta el momento”, expone Clavet, que no quiere improvisar nada ante el número uno mundial. “No hay que obsesionarse”, anima a Robredo aunque el rival sea el mejor del momento: “Si hacemos bien lo nuestro, ¿por qué cambiarlo en función del contrario?”.

► **“Las bolas a media pista hay que cerrarlas”.** “Si Federer sube será porque ha tirado una bola muy buena”, predice el técnico de Robredo. ¿Qué hay que hacer en ese momento? “Si Tommy tiene muy claro el hueco del *passing*, tiene que intentar pasarle de primeras. Si no, que la primera bola vaya a los pies de Federer para que tenga que intentar una volea defensiva”. En el plan contra Federer, ser agresivo y cerrar los puntos a la primera oportunidad ocupan puestos destacados: “Cuando Tommy tenga una bola a media pista, debe tener confianza, tirar bien a un lado y subir para cerrar los puntos en la red. Eso le convertirá en un jugador más completo”.

Ayer, Robredo practicó durante todo el entrenamiento los golpes ganadores, los definitivos, los *winner*s, tal y como los llaman los tenistas: “Lo hago para coger confianza y sentir la pelota. Lo he hecho cada día. Pegarle, dirigirla y sentir que estoy moviendo la bola”.

► **“Hay que correrlas todas”.** “El partido es especial por jugar con Federer, ser los cuartos de final de un *grand slam*, que para mí no es habitual... Hay que preparar bien el duelo y disfrutarlo”, dice Robredo, que vive con naturalidad su polémica ausencia voluntaria del equipo español que se enfrentará contra el suizo, en febrero, en la Copa Davis; “todos me dicen que contra Federer no hay nada que perder y que todo lo que haga estará bien. Voy a correr todas las bolas para ver si puedo ser uno de esos que, al final del año, le han ganado”.

## Con los pies en el saque

XAVIER AGUADO

Se ha dicho estos días que Rafa Nadal estaba cambiando el saque y los resultados no parecen negarlo. Frente a Murray ha logrado varias veces pasar de los 200 kilómetros a la hora en el primer servicio (el más rápido ha sido de 207) y ha conseguido cinco *aces*. Nadal está cambiando el trabajo de sus pies en el saque. Y alguien pensará: ¿acaso ya no existe la falta de pie en el servicio? Pero en absoluto van por ahí los tiros. Los pies juegan un papel muy importante en el saque a pesar de las limitaciones que impone el reglamento. Ellos son los responsables de transmitir hasta el suelo las fuerzas generadas en el tronco y las extremidades inferiores. Estas fuerzas serán devueltas en forma de reacción, que se usará para acelerar el antebrazo y la raqueta. De hecho, si se perdiera prematuramente el contacto de los pies en el suelo, se perdería eficacia en el saque.

Para esbozar el papel de los pies vamos a explicar lo que ocurre en dos técnicas de saque opuestas en cuanto a la posición del pie del lado con el que se saca (el izquierdo en el caso de Nadal), pero que ambas son empleadas

por los mejores. En la técnica del *foot-up*, éste se coloca al lado del otro pie, el adelantado, mientras que en la del *foot-back* se coloca retrasado, disponiendo de una mayor plataforma o base de sustentación. ¿Qué implicaciones tiene esto en el saque? Para medirlas usamos un instrumento que llamamos plataforma de fuerzas, insertado bajo el suelo de una pista, en la zona de saque. Este instrumento es capaz de medir incluso más de 1.000 veces cada segundo la fuerza que transmiten los pies del tenista por separado en cada uno de los ejes del espacio. Concretamente, la medición se hace en forma de fuerzas de reacción. Pues con la plataforma de fuerzas se observa que con el *foot-up* se logran fuerzas verticales en torno a dos veces el peso corporal (unos 150 kilos de fuerza en el caso de Nadal) mientras que con el *foot-back* escasamente sobrepasarán una vez y media el peso corpo-

ral. No obstante, los resultados se invierten si analizamos lo que sucede en el eje de atrás adelante: con el *foot-up* difícilmente se llegará a 0,5 veces el peso corporal mientras que con el *foot-back* se pueden sobrepasar las 0,8 veces. Estos resultados apuntan a que con una de las técnicas se buscaría un mejor aprovechamiento de la transmisión de fuerzas del saque en la dirección vertical mientras que con la otra se conseguiría en el sentido hacia delante.

El profesor norteamericano Duane Knudson ha publicado recientemente un libro divulgativo (*Biomechanical Principles of Tennis Technique*) en el que muestra, sin recurrir a fórmulas ni cálculos, como se puede usar la ciencia para mejorar los golpes, entre ellos el saque. Los llamados principios biomecánicos nacen de aplicar algunas leyes físicas de mecánica teniendo en cuenta

diferentes características biológicas del deportista y son excelentes herramientas en manos de los entrenadores y jugadores para usarlas en el aprendizaje y perfeccionamiento de la técnica deportiva. La técnica deportiva no es un ideal que haya de ser copiado de deportistas con éxito (en este caso serían los que consiguieran sacar a mayores velocidades). En este sentido, los principios biomecánicos pueden ayudar a que cada deportista encuentre su propia técnica, mediante la que sacará el mejor partido a sus características, y por ello estará constantemente adaptándose, como un traje a medida, que difícilmente vamos a poder usar a lo largo de toda la vida (deportiva). Ahora mismo estamos viendo cómo Nadal está cambiando el traje del saque, lo que le va a permitir, si tiene éxito con la costura, poder ganar en competitividad en las pistas rápidas, en las que el peso del saque es mayor que en las de tierra.

Xavier Aguado Jódar es biomecánico de la Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha (xavier.aguado@uclm.es).