

ENTORNO

Toni Nadal: “La ITF no ayuda a que la inversión económica deje de ser una barrera para llegar a profesional”

Toni Nadal ha entrenado a Rafa Nadal desde que empezó a jugar y, tras quince años en el circuito profesional, ahora lidera la academia de tenis que el jugador inauguró en 2016. El técnico analiza los retos que afronta esta disciplina y desgana las claves del método de entrenamiento que ha llevado a su sobrino y pupilo a ser el mejor tenista español de la historia.

Patricia López
12 abr 2018 - 04:57

Toni Nadal: “El contexto de simplicidad y agilidad merma el aprendizaje de la perseveran

Nacido en Manacor en 1961, Toni Nadal ha sido partícipe de todos los éxitos que Rafa Nadal ha logrado como profesional. Sembrar las condiciones idóneas para que el tenista cosechara buenos resultados ha sido su día a día durante los quince años que le ha entrenado en el circuito ATP. Ahora que la Federación Internacional de Tenis (ITF) afronta una fase de reestructuración de sus competiciones, Toni Nadal atiende a *Palco23* para analizar cómo mejorar este deporte.

Aunque ha dejado la primera línea, ahora busca inculcar en la Rafa Nadal Academy los mismos valores que llevaron a su sobrino y pupilo a convertirse en el mejor jugador español de la historia. La voluntad no es innata, pero nunca ha sido tan difícil enseñar a ser perseverante, según el entrenador. “Para acostumbrarte a las cosas complicadas no queda más remedio que aprender a soportar y a trabajar bien la dificultad”, apunta el director de la academia a *Palco23*.

¿Considera que la Federación Internacional de Tenis (IFT) está teniendo en cuenta las necesidades de los y las tenistas?

Creo que está teniendo poca atención a las necesidades del deporte en sí. Las sociedades cambian, los chicos son cada vez más altos y los materiales cada vez permiten golpear la pelota con más velocidad. Lo que debería hacer la federación es adaptarse a esta nueva realidad e intentar acomodar el juego para que sea menos

lesivo. El tenis se ha convertido en un deporte de gestos agresivos, y eso provoca lesiones. Prueba de ello es que los tenistas están sufriendo mucho más físicamente, y es algo que también ocurre en los circuitos *amateurs* y en el tenis base.

Toni Nadal: “El contexto de simplicidad y agilidad merma el aprendizaje de la perseverancia”

¿Y el circuito profesional tiene en cuenta a los jugadores? ¿O el calendario está muy sobrecargado?

El circuito profesional sí que los tiene en cuenta porque el presidente habla con los tenistas más destacados antes de tomar decisiones. Si Roger Federer, Rafael Nadal o Novak Djokovic hacen una sugerencia, tiene más peso que si lo dice el número 200 del mundo. Pero también hay que saber que es una posición complicada: los torneos tienen unos derechos adquiridos, y con su participación en el circuito han permitido que muchos jugadores puedan vivir del tenis. ¿Reducir el calendario? Creo que no se les puede arrebatar los torneos y, aunque habría que hacer alguna modificación, sí que he detectado las ganas de la ATP de mejorar.

¿De qué modo cree que se puede mejorar la nueva copa mundial de tenis? ¿Le parece una buena iniciativa?

A mí me gusta cómo es el torneo hasta ahora porque los aficionados pueden ver a sus jugadores en su país, y eso es algo muy bueno. Los mejores recuerdos que tengo de estos quince años en el circuito profesional son de la Copa Davis. Ahora bien, ha llegado un momento en que es casi imposible seguir en esa línea porque a los mejores jugadores les costaba mucho participar; no dan puntos ATP por hacerlo y, por encima de todo, lo que los jugadores quieren es tener un buen ranking. Además, provoca problemas de calendario.

Toni Nadal: “El contexto de simplicidad y agilidad merma el aprendizaje de la perseveran

Image not found or type unknown

Toni Nadal es el director de la Rafa Nadal Academy, la academia de tenis que el jugador creó en Manacor en 2016

¿Cree que la ITF busca facilitar el salto a la élite a los jóvenes tenistas?

Creo que la federación internacional hace muy poco para que la parte económica no sea una barrera para llegar a profesional. El tenis es un deporte demasiado caro. Hoy día solo los ricos pueden jugar al tenis. Aquellos con licencia de federaciones ricas como la australiana, la francesa, la británica o la americana, tienen condiciones favorables. Albergar un *grand slam* genera muchos recursos.

¿Cuál es el problema?

Los jugadores llegan más tarde al circuito profesional, por lo que el gasto que hacen sus familias también se alarga. Tienen que pasar una criba durante cuatro o cinco años por el circuito *amateur*, y eso hace que el gasto asociado a viajes, preparación e invitaciones para torneos, sea muy elevado. Es un dispendio.

¿Cómo cree que la ITF podría ayudar a aumentar el número de practicantes y a reducir el riesgo de lesión?

Desde la perspectiva del número de licencias, podría ayudar a que el juego fuera menos físico y más fluido. Una raqueta más corta y una pelota menos hinchada ayudarían a dominar más la bola y que no fuera tan rápida. El tenis es un deporte difícil de aprender a jugar, y otras disciplinas de raqueta, como el pádel, se han popularizado porque es más fácil de aprender y no requieren de muchas semanas de práctica para saber jugar. El mundo va hacia la agilidad y la simplicidad, y actualmente no queremos invertir demasiado tiempo en aprender algo. Por eso creo que la federación debería intentar que el juego fuera más fácil. En cuanto al jugador profesional, estos cambios provocarían que fuera más difícil hacer puntos porque los tenistas jugarían intercambios más largos, que el saque no fuera un penalti y así el juego estratégico tendría más impacto.

Toni Nadal: “Aprender con métodos que reducen el esfuerzo le quita el valor al deporte y a la persona”

En una disciplina tan física y exigente mentalmente, ¿cómo se enseña a los jugadores a ser perseverantes?

El problema que yo detecto hoy día es que la sociedad ha ido evolucionando hacia un exceso de facilidad debido a las nuevas tecnologías. Todo está enfocado al aprendizaje rápido y que no sea muy complicado, y ese contexto no ayuda a ser perseverante. Este es uno de los problemas que nos encontramos hoy en día; aprender con métodos que reducen el esfuerzo le quita el valor al deporte y a la persona. El principal valor es conseguir, con un sistema de esfuerzo, mejorar no sólo el tenis sino también al ser humano.

¿Esa urgencia de resultados lleva a la frustración?

El método fácil lleva al engaño. Cuando quieres ser mejor que los demás, nunca es fácil, de hecho es realmente complicado. Para acostumbrarte a las cosas complicadas no queda más remedio que aprender a soportar y a trabajar bien la dificultad.

La Rafa Nadal Academy prepara a los jugadores para llegar a la élite pero, ¿cómo trabajan para mentalizarles de que no todos lograrán convertirse en profesionales?

Yo lo preparo siempre con un método bastante natural y no le doy muchas más vueltas al asunto. Tengo hijos que juegan y ellos saben de inicio que lo más normal es que no sean buenos. Esa es la realidad. Cuando uno quiere ser medianamente lógico sabe que, de todos los niños que juegan a tenis, sólo un pequeño grupo conseguirá ser buenos jugadores. Hay que saberlo, entenderlo. A pesar de eso, si estás dispuesto a seguir luchando, tendrás la posibilidad de avanzar. Es importante que la ilusión de ser bueno no les impida ver la realidad de esa gran dificultad, ni que esa dificultad les haga perder la ilusión.

En la academia ha implantado el método de entrenamiento que ha puesto en práctica con Rafa Nadal. ¿En qué se basa?

Se basa tanto en lo nuevo como en lo que ha sido esencial de toda la vida. La tecnología nos ayuda porque nos facilita el trabajo, pero para mí lo esencial del sistema continúa siendo la repetición con la reflexión, es decir, intentarlo muchas veces reflexionando en cada ocasión sobre la acción y su impacto en el juego.

Toni Nadal: “Es importante que la ilusión de ser bueno no impida al jugador ver la realidad de esa gran dificultad, ni que esa dificultad les haga perder la ilusión”

¿Se puede sistematizar un método de entrenamiento?

Siempre que he entrenado he intentado aplicar mi sentido común, y éste me dice que no puedes pretender ejecutar el mismo sistema para entrenar a todos los jugadores. No puedes entrenar del mismo modo al Real Madrid que al FC Barcelona, o a Roger Federer y a Rafael Nadal. Cada uno entiende el fútbol o el tenis de una manera y ambas opciones son válidas.

¿Entonces el sistema debe adaptarse al jugador?

Creo que hay que observar siempre las características del jugador y a partir de las mismas diseñar un sistema de entrenamiento que se adapte más o menos a su manera de entender el juego. Evidentemente hay un tema general que forzosamente tienes que cumplir, y que es común a todos los jugadores. Hoy día tendemos a complicarlo todo porque, si no lo complicas, no das valor a lo que haces. Pero lo cierto es que la base del juego o del deporte es simple: consiste en golpear la pelota lo más fuerte posible con el mayor control. A partir de ahí, se aprende el revés, la derecha, el saque, la bolea y el *smash*. Luego diseñamos un sistema de entrenamiento para que el jugador lo ejecute correctamente, ayudándole así en su desarrollo técnico. Hay distintas formas, pero no difieren mucho una de las otras.

En ese caso, ¿cuáles son los vectores de diferenciación respecto a otras academias de tenis?

Tal y como lo veo yo, la diferencia está en las personas, es decir, en la actitud de los entrenadores y el compromiso que asume cada uno en que los chicos y chicas vayan mejorando. También contamos con la experiencia de haber entrenado o competido en el circuito profesional. Empecé a entrenar a Rafael a los cuatro años y he visto cómo ha evolucionado, qué he hecho bien y qué he hecho no tan bien. Esa experiencia es el bagaje para ayudar a las siguientes generaciones.