

SERGIO DOMÍNGUEZ: "COSTA BALLENA REÚNE LOS INGREDIENTES NECESARIOS PARA REALIZAR UNA PRETEMPORADA AL NIVEL DEL EQUIPO"

Tras barajar varias opciones el Sevilla FC, la primera parte de la pretemporada la realizará en Costa Ballena una temporada más (9 al 18 de julio). El preparador físico, Sergio Domínguez, analizó en SFC Radio la elección un verano más de la zona de Rota: "Costa Ballena reúne los ingredientes necesarios para realizar una pretemporada al nivel de nuestro equipo. Viendo las opciones que barajábamos, vimos que la mejor opción, por los medios que disponemos y por la cercanía, era Costa Ballena. Las instalaciones del hotel y ayuntamiento de Rota están preparadas para poder llevar adelante una buena pretemporada, y viendo las alternativas que hemos manejado, era la mejor opción". Domínguez seguía analizando la decisión de arrancar el trabajo en tierras gaditanas: "Nosotros lo que buscamos es que en los nueve días de concentración, se pueda realizar bien y con comodidad todo el trabajo tan intenso que realizamos. En Costa Ballena tenemos todas las facilidades porque lo conocemos bien y podemos realizar todos los trabajos necesarios para una buena preparación".

Por último, el preparador físico resaltaba la importancia del trabajo en los primeros días de pretemporada: "El trabajo que se realiza los primeros diez días es fundamental para aclimatar al jugador al esfuerzo que se va a realizar con ellos. Es fundamental que el futbolista llegue rodado con el plan de trabajo específico que se le ha dado, y de esa forma manejar bien las cargas para que el jugador no tenga que dar ningún paso atrás. Es un periodo muy importante porque hay que ser muy minucioso con el futbolista, porque después hay que aumentar el esfuerzo e intensidad de la pretemporada", finalizó Sergio Domínguez.

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Fútbol](#)