



Excelencia profesional

Cada vez son más los jugadores profesionales españoles que acuden al Centro de Excelencia para trabajar con la tecnología punta

“ Por la mañana temprano, trackman; antes de comer, una hora de físico; por la tarde toca fitting y mañana trabajamos la biomecánica”. Cosas así escuchan los técnicos del Centro de Excelencia de la RFEG prácticamente cada semana. Y no las escuchan de un cualquiera, sino de jugadores que están llamados a formar parte de la élite del golf europeo, y quién sabe si mundial, en tiempos no muy lejanos. Muchos de los profesionales españoles pasan por esta instalación de vanguardia para potenciar su juego, conocer sus limitaciones y saber en qué facetas deben trabajar más. El Centro de Excelencia es un arma más para situar a nuestros profesionales entre los mejores.

Un centro para progresar en todas las facetas

Aprovechando los meses de parón en los Circuitos, los golfistas optan por hacer modificaciones en aquello que no ha funcionado durante el año, y para ello tienen el Centro de Excelencia abierto de par en par. Francisco Parrón, Director Técnico del Centro; Abraham Ruiz, técnico con una carrera en el golf profesional a sus espaldas; y Francisco Fernández, preparador físico de los Equipos Nacionales y de jugadores profesionales, trabajan con ellos y les ayudan a sacar partido a la tecnología que se concentra en las dos plantas de uno de los mejores enclaves técnicos de golf de Europa.

Por allí aparece Mario Galiano, uno de los jugadores que este año debuta en el ámbito profesional después de unos años brillando con luz propia entre los amateurs. En su caso, el Centro de Excelencia es un viejo conocido, ya que su estancia en la Escuela Nacional Blume le permitió vivir en primera persona su inauguración.

“Llevo mucho tiempo trabajando con esta tecnología y puedo decir que es una ayuda fundamental para cualquier golfista. Para nosotros, los más jóvenes, se hace difícil pensar en cómo se trabajaba antes”, comenta.

Para Mario Galiano el trackman es la joya de la corona. “La información que te aporta es muy



importante, te dice muchas cosas de tu juego, de cómo está y de qué tienes que trabajar con los técnicos. Te indica muchas variables, el ritmo, el spin... y hay que saber interpretar bien esos datos”, explica. Para eso están los especialistas de la RFEG. Los propios Fran Parrón, Abraham Ruiz y Paco Fernández, en compañía de Marcelo Prieto, técnico de dilatada experiencia, son los encargados de echar una mano a las jugadoras del Pro Spain Team en su puesta a punto de cara a un calendario que ya avanza. Natalia Escuriola da bolas con un hierro siete mientras Fran Parrón observa la pantalla con concentración absoluta. “¡Esa bola es mejor!, pero da una más”, le pide.



Tecnología punta para jugadores punta

En la sala de al lado está el SAM Putt Lab, “que viene a ser un trackman del putt”, como lo denomina Abraham Ruiz, pero en esta sesión no tiene ocupante. Sí está a pleno rendimiento la máquina de lie y loft, que sirve para medir los grados. Allí, Luna Sobrón trabaja con el propio Abraham con un sistema que a simple vista puede parecer rudimentario al neófito, pero que es el más efectivo. Luna pega una pegatina en la base del hierro y da una bola sobre una base metálica. Con ello se persigue saber en qué parte está tocando. Una vez visto y comprobado, se coloca el hierro en la máquina y se hace el ajuste pertinente.



“Se trata de revisar uno a uno el ángulo del ‘lie’. Es algo que antes no se hacía y que nosotros lo hacemos desde hace relativamente poco tiempo, y el resultado está siendo muy bueno”, añade. Hay que hacer palo a palo porque “el swing puede cambiar de uno a otro”. Se trata de customizar los palos, como resume el técnico. Luna Sobrón agradece el trabajo de Abraham. Sabe que su ayuda en el Centro de Excelencia se transformará de alguna forma más adelante en menos golpes. “Todo lo que tenemos aquí no vale para nada si no se trabaja con continuidad, claro”, matiza la mallorquina, que antes ha pasado por la plataforma de pesos. Como su propio nombre indica, ahí es donde queda patente dónde pone el peso cada juga-

dor en el swing. “Es muy importante. Con todos los datos que nos aporta nos entregan un informe. Información muy valiosa”, enfatiza. Más tarde es turno para Noemí Jiménez, que se encierra en la sala de trackman con Fran Parrón y Marcelo Prieto. Concentración máxima mientras la malagueña pega una serie de bolas. Los resultados dejan claro en pantalla que sus valores están en los estándares correctos. La jugadora se muestra satisfecha con el trabajo realizado en los últimos meses: algún ajuste de swing, grip más fuerte... “El año pasado estaba incómoda y creo que la mejora es evidente”, señala.

Javier Colomo: “Probar palos, siempre fuera de competición”
Una vez que las chicas del Pro Spain Team han exprimido a tope la tecnología del Centro, entra en escena Javier Colomo, el jugador que junto a Carlos Pigem lleva años ganándose la vida con éxito en el Circuito Asiático. Es un habitual del trackman, en cuyas imaginarias manos se echa para chequear distancias. Viene con un palo nuevo que prefiere probar fuera de competición y no en mitad de un torneo. “En estas cosas es crucial el trackman, me aporta datos cuando estoy haciendo cambios técnicos y probando palos”, explica.

Después de la sesión de bolas pertinente con el palo nuevo, turno para el Combine test, que le sirve para trabajar la precisión y meterse en rutina de competición. Con este ejercicio se trabajan las distancias de 60 metros en adelante. “Lo suelo hacer antes de irme a una gira de torneos. En mi caso no tengo nunca una pretemporada de tres meses, sino que juego mucho a lo largo del año. Cuando llego a casa estoy una semana casi sin entrenar y la siguiente me pongo a tope, siempre centrado sobre lo que ya he trabajado. La semana de antes de otro torneo es cuando más te preparas, pero nunca pruebas palos o buscas datos técnicos, eso lo

Trackman, SAM Putt Lab, biomecánica, fitting... El Centro de Excelencia es uno de los más avanzados talleres especializados de Europa



*Radiografía **de una profesional***

La alicantina Silvia Bañón debuta este año como jugadora profesional, y lo hace con el apoyo que le otorga el Programa Pro Spain Team y la ventaja de contar con la tecnología punta del Centro de Excelencia. En un momento tan determinante de su carrera deportiva, estos dos bastiones se antojan de gran importancia. “Tenemos mucha suerte, porque está todo muy bien montado, nunca he visto nada así en ningún otro sitio. Hay de todo y todo está junto”, señala. Silvia nos explica qué saca una profesional del Centro de Excelencia:

. **Trackman:** “Me sirve para medir parámetros, ver cómo llega la cara del palo a la bola, el vuelo de la bola, la consistencia que tienes, el spin de la bola...”.

. **Combine test:** “Es un ejercicio fantástico con 60 bolas en el que te pones unas metas en términos de precisión y obtienes una puntuación que debes ir mejorando”.

. **SAM Putt Lab:** “Me ha ayudado a ver si la cara del palo llega cuadrada a la hora de patear. Es muy útil”.

. **Biomecánica:** “Me ayuda mucho a través del chaleco con sensores. Aporta una información muy completa”.

. **Fitting:** “Mis dos últimos juegos de palos han salido de ahí, del fitting en el Centro de Excelencia. Teniendo la información del trackman puedes buscar el tipo de palo que más se ajusta a lo que necesitas”.

. **Físico con la metodología TPI:** “Trabajo con Paco Fernández, que es instructor de TPI. Este método es básico para conocer tus limitaciones físicas y trabajar sobre ellas. Por ejemplo, yo tenía una limitación importante en un hombro y he mejorado mucho gracias a los ejercicios de movilidad y equilibrio muscular que me ha propuesto Paco”.



dejo para cuando tengo dos o tres semanas de trabajo específico por delante. Esa semana hago más trabajo de distancias y el Combine test”, explica el extremeño. Con diferencia, es el trackman lo que más utiliza. “El SAM Putt Lab, aunque te da información esencial, lo uso poco porque llevo tres años pateando muy bien, y el tema de la biomecánica es muy necesario para cuando haces cambio de swing, es más para un proyecto nuevo”, argumenta. Después de la sesión de trabajo le espera otra no menos necesaria, el estudio de fitting. “Es muy útil, claro. A mí particularmente me ha ayudado siempre Abraham, con el que ya tengo confianza y sé que me busca la mejor opción siempre”, concluye.



El físico, la otra pata del banco
El trackman y el SAM Putt Lab suelen ser el centro de atención de los amateurs que visitan el Centro de Excelencia, pero los profesionales saben que tan importante como extraer datos de estas fuentes tecnológicas es poner a punto el motor, es decir, cuidar la parte física. La segunda planta del centro está controlada por Paco Fernández, preparador físico que desde hace años saca lo mejor de cada jugador de los Equipos Nacionales y de muchos profesionales. En una primera visita, Paco realiza una valoración inicial en la que se analiza la movilidad, estabilidad, fuerza y potencia del jugador. En ella quedan reflejadas las limitaciones que pueda tener, y en función de



ellas se establece un plan de trabajo. Cada cierto tiempo los jugadores vuelven para ver si se ha mejorado en esas limitaciones. Haciendo físico, conociendo sus limitaciones y trabajando sobre ellas muchos golfistas han progresado enormemente en el campo ganando distancia, por ejemplo. Desde que se inaugurase el Centro de Excelencia, en enero de 2013, se ha ido trabajando en la pretensión final de aumentar el número de jugadores españoles entre los 100 primeros del Ranking Mundial, tanto en el ámbito amateur como profesional. Y la sensación y los resultados ahondan en que se está yendo en la dirección adecuada, si bien los resultados solo serán concluyentes a medio y largo plazo. ✓

