

Los Delfines se someten a pruebas físicas para enfrentar segunda rueda

FÚTBOL. En la clínica kinésica USS, Deportes Puerto Montt se realizó extenuantes análisis, como el de consumo máximo de oxígeno, prueba de saltabilidad y de fuerza isométrica. Hoy el equipo del "Pillo" Vera recibe a Deportes Temuco.

Redacción
 cronica@diariollanquihue.cl

Un arduo trabajo es el que realizó Deportes Puerto Montt tras el término de la primera rueda del campeonato de Segunda División y donde tan sólo tuvieron siete días de descanso. La puesta a punto contempló una intertemporada con una concentración de ocho días y trabajos físicos a cargo del preparador José Luis Mendoza, quien ya los tiene a punto para la última parte del torneo y para el duelo por Copa Chile que hoy disputará el Veleros ante Deportes Temuco en el Chinquihue, desde las 16 horas.

A esto se le debe sumar el trabajo en conjunto que contempló pruebas físicas realizadas junto a la carrera de Kinesiología de la Universidad San Sebastián (USS), sede de la Patagonia, donde en su Centro de Salud los jugadores se han realizado pruebas específicas y además, los refuerzos, Nicolás Zedán y Sebastián Pérez, han pasado, exitosamente, las extenuantes pruebas a cargo de los kinesiólogos de la casa de estudios.

LAS PRUEBAS

En el laboratorio de kinesio- logía de la USS los jugadores albi- verdes fueron sometidos a pruebas "de fuerza muscular, fuerza isométrica principal- mente de extremidad inferior; además de pruebas de saltabi-



EL REFUERZO NICOLÁS ZEDÁN (CON LA MÁSCARA), CUANDO SE REALIZÓ LA MEDICIÓN DE CONSUMO MÁXIMO DE OXÍGENO. Y MIRANDO EL ESFUERZO DE SU COMPAÑERO Y ESPERANDO SU TURNO, EL CENTRAL JOAQUÍN CORTÉS.

lidad, con una plataforma especialidad para aquello", explicó el kinesiólogo Guido Contreras.

El también doctor en Bio- medicina detalló que estas pruebas le sirven al cuerpo técnico para tener una base en cuanto al rendimiento deportivo de los futbolistas, "a través de los distintos componentes

de la condición física", pero a su vez, ayuda pensando en que a futuro, y ante una potencial lesión, pensar en el reintegro deportivo del jugador.

Otra de las pruebas, y que fue la más dura para los Delfines, fue la de consumo máximo de oxígeno y que consiste en "ir midiendo de manera directa la cantidad de oxígeno

que el deportista va consumi- endo a medida que va aumentando la intensidad del ejercicio y también su esfuerzo y el oxígeno que el organismo requiere. De tal manera que nosotros llevando al deportista a un esfuerzo de máxima intensidad podemos conocer la cantidad máxima de oxígeno que el jugador puede consumir",

16:00

horas juega hoy Puerto Montt con Temuco, por la Copa Chile. El duelo de vuelta es el 30 de junio en el Germán Becker.

10

goles recibió Puerto Montt en la primera rueda de la Segunda División. El número lo ubica como la mejor defensa del torneo.

precisó el kinesiólogo a cargo de la prueba, Hugo Morales.

Asimismo, detalló que esta prueba se realiza a través de un equipo llamado ergoespirómetro y se va midiendo en tiempo real, respiración a respiración, las cantidades de oxígeno que el deportista consume y entrega información respecto a la capacidad aeróbica del jugador.

"Nosotros le entregaremos al cuerpo técnico de Deportes Puerto Montt un informe detallado con los datos que arrojó la prueba y les permitirá a la gente relacionada con la preparación física, por ejemplo, hacer trabajos diferenciados o en la mejora de una cualidad específica y también para tomar algunas decisiones técnicas dentro del contexto del fútbol".

MIRADA GLOBAL

"Estamos muy contentos de esta instancia de apoyo al deporte regional y honrados de evaluar junto con nuestros estudiantes a los refuerzos y plantel de Deportes Puerto Montt en este periodo de preparación para la segunda rue-

da del campeonato y al Copa Chile", aseguró el director de la carrera de kinesio- logía de la USS, Juan Cristóbal Guerrero, agregando que esperan poder continuar trabajando con el Veleros y los deportistas de la región.

Por su parte, el kinesiólogo de Deportes Puerto Montt, Mario Pardo, dijo que para Deportes Puerto Montt esta cooperación con la USS "es sumamente importante para nosotros, porque sabemos la tecnología y el capital humano especializado para realizar este tipo de test que son súper específicos y eso obviamente, tiene un costo que es muy alto y nosotros como institución se nos hace muy difícil tener estas evaluaciones".

Uno de los primeros que se realizó las evaluaciones fue el refuerzo Nicolás Zedán, quien aseguró que las pruebas realizadas en el laboratorio de kinesio- logía de la USS "es lo mismo como si estuviéramos en un equipo de primera división, ya he entrenado (con el equipo) y también son de primer nivel, así que se ve que el club se ve muy bien".