

“Los jóvenes lo tienen todo demasiado pronto”

Fred Vergnoux, técnico jefe de la natación española



Fred Vergnoux, durante un entrenamiento de sus nadadores, en el CAR de Sant Cugat (César Rangel)

SERGIO HEREDIA, Barcelona

31/05/2017 00:28 | Actualizado a 31/05/2017 14:21

La tarde de la entrevista, llueve en el CAR de Sant Cugat. Y sopla un viento fresco, antipático.

Mireia Belmonte y otros cuatro nadadores de **Fred Vergnoux** (44) suman largos en la piscina al aire libre. Les importa poco, o nada, si nieva o caen rayos. Vergnoux, el hombre que hizo de **Belmonte** una campeona olímpica, toma tiempos.

Y sonrío, satisfecho:

—Por la mañana han nadado ocho kilómetros. Luego han levantado pesas durante una hora. Y ahora están haciendo tres bloques de 15 repeticiones de 100 metros (sobre 1m03s). Es decir, 45 series. Calculo que en todo el día nadarán cerca de 17 kilómetros — dice.

Al acabar la sesión, y durante la entrevista, Belmonte se acerca a Vergnoux y le pregunta:

–Fred, ¿qué toca mañana?

Vergnoux me mira.

Cómplice, me comenta:

–Como persona, Mireia no se ha evadido. Cuando se despierta, sabe que es campeona olímpica. Eso lo tendrá siempre. Pero es capaz de entender que eso ya pasó. Ha cerrado aquel libro y ha abierto otro. Tras los Juegos de Río le propuse que descansara hasta Navidades. A los pocos días ya me estaba llamando y preguntándome: ‘¿Qué hay mañana?’.

Y usted ¿qué le dijo?

Vamos allá. Y aquí está.

Con los Mundiales de Budapest a la vista, en verano...

No va a ir a ver qué pasa.

Y sin Phelps.

Siempre estará en la piscina, en nuestra memoria. Ha sido un ejemplo para los entrenadores. Hemos dibujado su técnica para los niños. Les hemos enseñado sus vídeos. Le echaremos de menos. Con él, las piscinas ganaban más presencia.

Aunque eclipsaba al resto...

Siempre me han gustado los dominadores del deporte. Phelps, Schumacher, Jordan, Bolt, Teddy Riner... Phelps ha sido excepcional. No creo que veamos otro como él. Ha sido un privilegio compartir con él este camino.

17 kilómetros de nado en un día. ¿No son demasiados?

¿Usted cree?

Son sesiones de máximo volumen, supongo.

No lo crea. En unos días nos vamos a Font Romeu. Serán tres semanas de carga máxima.

¿Cuántos nadadores aceptan eso en España?

Lo que nosotros hacemos no es exclusivo. Lo he visto en cinco o seis sitios, en otros lugares del mundo. Aquí hay listos que aplican métodos minimalistas a los niños de diez años. Creen que con un par de sprints ya está hecho el entrenamiento.

Y usted, como entrenador jefe de la natación española, ¿les cuenta todo esto?

Son muy pocos los que vienen a consultarme. Más bien, lo hacen entrenadores de fuera. Espero que la mentalidad cambie.

¿Lo logrará?

Vamos retrasados. Aún no hemos conectado con la realidad de la natación internacional. Mireia es campeona olímpica. También tenemos a Jessica Vall. Pero son únicas.

¿Qué piensa hacer?

Estados Unidos funciona por proyectos. Francia tiene centros de trabajo y 85 técnicos especializados. Los australianos... Voy a ser duro conmigo mismo: nosotros no tenemos ni sistema ni proyectos.

¿A qué se refiere?

Tenemos buenas instalaciones. Y el apoyo del CSD, de la Federación Española y de las Comunidades. Pero no nos hemos organizado. Tenemos que ser más eficientes, porque medios hay.

¿Qué medios?

Tenemos dos grandes centros, en Madrid y Sant Cugat. Y está Sierra Nevada. Y otros once centros de tecnificación. Francia, Hungría, Italia o Inglaterra no los tienen. Pero ellos cuentan con proyectos. Inglaterra trabaja a cuatro años vista. Y les funciona.

¿Cuál es su idea?

Por ejemplo, tener todo el equipo en este CAR, con un entrenador. Y a todos los juniors en la Blume de Madrid. O concentrarnos en unas disciplinas. Mariposa, braza... Crear una filosofía de estilos, o de mediofondistas. Formar velocistas: no tenemos ninguno. Especializarnos.

¿Todo el equipo en el CAR?

¿Por qué no? Es un sitio excepcional para trabajar. Tanto por instalaciones como por servicios. Hay nutricionistas, fisios, psicólogos, preparadores físicos... Hay una residencia para descansar en el lugar de entrenamiento. Aquí se puede estudiar.

¿Todos sus nadadores estudian?

Todos lo hacen.

Cierto, este es un gran sitio.

Pero aún se llama Centro de Alto Rendimiento. Cuando en el día a día, esto es el Eurodisney del deporte.

¿Y eso?

¿Alto nivel...? De los 300 deportistas que viven aquí, ¿cuántos subieron al podio en Río? Apenas lo hicieron dos. No es una crítica. Es una constatación. Los números son blanco y negro.

¿Eurodisney?

Póngalo. Es algo muy complejo. Pero cuando ves la inversión del Estado y lo que sale en medallas, algo no cuadra.

¿...?

Pátese por el gimnasio el viernes por la tarde. No hay nadie. Todos se han ido de fin de semana. Y el domingo, estamos solos en la piscina.

¿Por qué pasa esto?

Los jóvenes deportistas españoles lo tienen todo demasiado pronto. Niños de trece años que no han hecho nada ya cobran del club. Es un desastre. Y a los 18 años, cuando hay que apretar, entonces se esfuman... Van a los Juegos Olímpicos y se quejan de la villa. Que si hay poco espacio en su habitación. ¿Qué es esto?

¿Quién tiene la culpa?

Nosotros los fabricamos, es culpa nuestra.

¿En qué se falla?

El sistema de ayudas del ADO es un desastre. Los deportistas se lo toman como si fuera un salario. Eso los hace más flojos. Se esfuerzan para lograrlo, y luego a vivir. Nos pegamos un balazo en el pie.

Lo de horas y horas dentro del agua...

Muchos técnicos no tienen tiempo para enseñar los fundamentos: respiración, propulsión, equilibrio, coordinación... Es como la música. El aprendiz de piano repite cada día toda la gama. Y cuando cumple los 60 años, sigue aplicando la gama a diario. ¿Nos podemos saltar esto?

No lo creo.

Por eso estamos en peligro. La sociedad nos lo pone todo cada vez más fácil. Lo tenemos todo en el iPhone. Podemos mandar dinero, ver un partido... Lo que menos hacemos es usarlo para llamar. Peligro. La gente tiene que darse cuenta de que el deporte es una vía para corregir la comodidad. No comer donuts, saludar al llegar y al despedirse, ser educado...

¿De dónde bebe usted?

Mi sistema es francés. Pero he aprendido de todos.

¿Usted competía?

Hacia los 75 m mariposa... Nunca llegaba al 100...

Es un buen resumen.

Creía que sería bueno en el deporte. Pero era malo. Y creía que sabía mucho. Hasta que me comí una buena hostia.

¿...?

Tenía profesores muy buenos. Pero pensaba que sabía más que ellos. Era arrogante. En los veranos, me gustaba irme a Estados Unidos. Pensaba: 'Allí están los top de la natación'.

¿Cómo llegó allí?

Había mandado 82 currículums. Solo me habían contestado desde Florida. Dimití de mi club en Francia y me fui allí. Iba a ayudar a los entrenadores. El primer día me dijeron: 'Aquellos son tus chicos. A por ellos'. Les miré y dije: '¿Y ahora qué hago yo?'.

¿Qué ocurrió?

A los cinco minutos ya se reían de mi inglés. Yo creía que lo hablaba perfectamente. No sabía gestionar el grupo. Las cosas salían mal en la competición.

Vaya cuadro...

Tenía 27 años. Me vi sin dinero, durmiendo en el sofá del garaje de un entrenador, junto a dos perros. Pidiéndole a mis padres que me mandaran dinero. Estaba hundido. Me decía que había sido un deportista malísimo, que tenía cero experiencia y que no sabía nada de nada.

Menudo recuerdo.

No está tan mal. Conservo el contacto con la gente de Florida. Nos escribimos con frecuencia.

Verán a sus nadadores en Budapest.

Será un reflejo de lo que ocurrirá en Tokio, en el 2020. Veremos caras nuevas, húngaros, chinos y estadounidenses. Y los cracks, como Adam Peaty, Katinka Hosszú, Katie Ledecky... Mireia también estará ahí.

¿Cómo lo hará? Queda mucho tiempo.

Mireia ha pagado un precio por ser la campeona olímpica. Se pierde muchas cosas. Estoy seguro al 200% de que puede ganar más oro. Los nadadores japoneses pueden pasarse tres años trabajando en altura. Nosotros, a los tres días en Font Romeu ya nos estamos quejando. Eso no pasa con Mireia. Cuando dice algo, asume sus palabras. Si dice que quiere ganar, no duda.