

# Comença l'embranchida

► El Nàstic ja treballa per afrontar un curs en què vol estar entre els millors

► A falta dels últims retocs, 33 jugadors van participar en el primer entrenament

► Salvadó afirma que han après dels errors i que el grup és sòlid i competitiu

J. JORDI / R. MIRÓ / Tarragona

► El Nàstic 2009/10 ja sua. L'equip grana va fer ahir al vespre el primer entrenament de la temporada, dirigit per un César Ferrando que afronta la tercera temporada a la banqueta grana després d'arribar-hi el gener del 2008 i que té la responsabilitat de situar l'equip a la zona alta. Per als primers entrenaments, el tècnic valencià disposa d'una plantilla de 33 homes entre els fitxatges –Biel Medina, Jorge, Vicente, Miguel Àngel, Àlex Cruz Rodríguez, Roberto i Rubén Navarro–, els que continuen –Rubén, Felip, Xabi Pascual, Mairata, Medina, Campano, Tortolero, Cherfa, Mingo, Bauzá, Redondo i José Mari–, els que marxaran, cedits o traspassats –Àlex Cruz Hernández, Lolo Yedra, Aimar, Diop, N'Gal i Calle–, i els futbolistes del filial i del juvenil que estan a prova –Yelco Ramos, Sergio López, Trujillo, Juste, Walter Fernández, Cristian, Youcef i Osado–. Aquest grup tindrà modificacions per les baixes que hi haurà i pels fitxatges que falten, bàsicament un lateral dret i un mig centre, tot i que no es descarta reforçar alguna altra demarcació que pugui quedar afeblida per les sortides, com la davantera.

Ahir, els jugadors van ser objecte al matí d'una anàlisi i d'una antropometria –deter-



**! EL PRIMER DIA DE FEINA.** César Ferrando va basar el primer entrenament del curs en els exercicis amb la pilota i va deixar la feina física per a les pròximes jornades. Algunes desenes d'aficionats van assistir a una sessió sense incidències. / JUDIT FERNÁNDEZ

«Els dos últims anys ens han ensenyat quin és el camí»

Els dos últims anys, després del descens de primera, el Nàstic va confeccionar plantilles amb la voluntat de recuperar la categoria perduda, però la realitat va ser dura. L'equip va ser poc sòlid i poc sacrificat i el primer any va patir per salvar-se i la temporada passada es mantenia molt lluny de la zona alta. Per al curs que ara comença, Xavier Salvadó diu que el Nàstic ha après dels errors per confeccionar un equip «més competitiu i sòlid»: «Els dos últims anys ens han ensenyat quin ha de ser el camí. És important aprendre de l'experiència per saber què volem aconseguir i com. Aquest any hem enfocat la feina d'una altra manera, fent un equip amb un perfil diferent, més sòlid i amb barreja de joventut i experiència, que ens ha de permetre estar a dalt.»

minació del pes muscular, dels plecs cutanis i de la massa muscular–i, a les set de la tarda,

Ferrando va dirigir el primer entrenament del curs al Nou Estadi. Fins diumenge, amb

l'excepció de dissabte, jornada de descans, la plantilla grana s'entrenarà cada dia al terreny

de joc de Campclar en dobles sessions (a les 9 del matí i a les 7 de la tarda).



**Practica Futbol, Viu Femení!**



FEDERACIÓ CATALANA DE FUTBOL