

Nós

acredita
PORTUGAL 

O ENCANTADOR DE CAMPEÕES



©copyright jornal do tenis

Começou a erguer a raquete de ténis aos seis anos de idade e foi um dos mais promissores jovens atletas do ténis na sua geração. As suas metas foram desde muito cedo ser um atleta de alta competição e, sem sombra de dúvida, um dos melhores jogadores de ténis do mundo. Por isso, António Van Grichen aprendeu desde tenra idade que para estar no Top teria que aprender a lidar com a pressão e encontrar maneiras de superar os fracassos de forma corajosa e positiva.

Hoje, Van Grichen treina os melhores do mundo. O treinador português esteve vários anos responsável pelo desenvolvimento da bielorrusa Victoria Azarenka, tendo contribuído para a sua memorável subida no ranking internacional até campeã mundial júnior em 2005.

Há alguns meses, Van Grichen passou a treinar a tenista Vera Zvonareva, mas recentemente a relação terminou, por razões pessoais. Neste momento, António Van Grichen está a treinar a romena Sorana Cirstea.

Acredita Portugal - Como surgiu o interesse pelo ténis?

António Van Grichen - O interesse pelo ténis surgiu desde muito pequeno. Eu tinha uns cinco anos e os meus pais me inscreveram nas aulas de ténis no Jamor . Foi quando comecei a treinar consistentemente e a jogar torneios que o ténis começou a ser uma prioridade para mim.

AC - Foste uma promessa do ténis desde pequeno. Como é que se lida com esse dom quando se é uma criança? Há alguma pressão associada?

AVG - Ter o dom ou o talento para ser uma promessa do ténis desde pequeno é sem dúvida uma sensação ótima enquanto criança, mas ao mesmo tempo pode existir uma pressão acrescida. No meu caso, sabia e dizia convictamente que queria ser atleta de alta competição e dos melhores do mundo. Eu senti alguma pressão associada à situação, o que é normal. Apesar de na altura ser uma criança, esses momentos de pressão ajudaram-me mais tarde no meu percurso como pessoa e como treinador.

AC - Se não fosses professor de ténis o que poderias ter sido?

AVG - Se não fosse treinador de ténis seria jogador profissional de ténis.

AC - Quais foram as tuas maiores influências durante o teu percurso?

AVG - As maiores influências durante o meu percurso foram todas as minhas experiências pessoais e profissionais que tive até agora sem deixar de esquecer a minha família, especialmente a minha mãe e o meu padrasto.

AC - Como é treinar um desportista para ser um atleta de elite? Qual é o papel de um treinador nesse processo?

AVG - Treinar um desportista para ser um atleta de elite é preciso muita disciplina, perseverância e estar disposto a fazer sacrifícios em prol do objectivo com muita paixão. O papel do treinador é muito importante já que é um processo que pode levar tempo e durante esse processo o treinador tem de estar preparado para ajudar o seu atleta quer seja a nível técnico, tático, físico e, o mais importante, mentalmente.

AC - O que diferencia um bom tenista de um tenista extraordinário capaz de chegar a número um mundial?

AVG - Na minha opinião a principal diferença é a parte mental que tem a ver com a auto-confiança ,a capacidade de lidar com a pressão e também a de superar o fracasso de forma corajosa e positiva.

AC - Como avalias a experiência com a tenista bielorrussa Victoria Azarenka?

AVG - A experiência que tive com a Victoria foi muito gratificante. Foram mais de quatro anos em que eu era o responsável pelo seu desenvolvimento em todos os aspectos. Foi um processo bastante positivo onde todos os anos trabalhámos para atingir os objectivos que foram sempre concretizados ano após ano. Quando começámos a trabalhar em 2005, a Victoria tinha um ranking de 250 do mundo WTA e foi sempre melhorando o seu ranking até que em 2009 atingiu o seu melhor ranking até ao momento em singulares (#6 do mundo WTA) e na variante de pares (#7 do mundo WTA). Para além dos objectivos profissionais terem sido alcançados, eu aprendi e evoluí bastante como pessoa e treinador.

“Sigam em frente mesmo que as coisas não corram como o esperado.”



AC - Começaste a treinar a russa Vera Zvonareva, mas a vossa relação durou apenas três meses. O que aconteceu?

AVG – Terminámos a relação profissional por motivos pessoais da Vera. Basicamente a Vera estava a precisar de passar uns momentos sozinha para tentar ultrapassar e perceber os seus problemas. Seguimos caminhos diferentes.

AC – E o que fazes neste momento?

AVG – Comecei em Abril a treinar a romena Sorana Cirstea.

AC - Quando se é um treinador de créditos firmados, escolhe-se os desportistas ou são eles que te escolhem?

AVG - No ténis normalmente são os atletas que escolhem os treinadores no caso de estarem disponíveis, mas se o treinador apresentar bons resultados a nível internacional e for respeitado no circuito mundial (WTA / ATP) tem mais facilidades em trabalhar com um jogador(a) de Top.

AC - Como avalias as estruturas e os atletas portugueses no mundo do ténis?

AVG - Os atletas portugueses no mundo do ténis ultimamente têm vindo a ter resultados bastante positivos mas a meu ver ainda têm que ganhar mais experiência para evoluírem e conseguirem subir no ranking ATP/WTA. A meu ver alguns dos atletas portugueses estão no bom caminho absorvendo momentos e experiências novas para mais cedo ou mais tarde chegarem ao Top que eles têm em vista para si próprios.

AC - Além de treinador, fazes outras actividades (por exemplo és comentador ocasional da Eurosport). O que é que te dá mais gozo além de treinar tenistas de topo?

AVG - Ser comentador para a Eurosport é sem dúvida muito interessante e dá-me um enorme gozo fazê-lo. Para além disso tenho outros hobbies sempre relacionado com o desporto.

AC - Pensas continuar a carreira de treinador nos próximos anos ou tens outros objectivos profissionais?

AVG - A carreira de treinador foi a profissão que escolhi

e devido a isso estarei sempre ligado a treinar atletas de Top como também treinar jovens em desenvolvimento para atingirem o Top. Tenho vários objectivos profissionais que estou interessado em desenvolver. Um deles está ligado ao desenvolvimento pessoal, à motivação, à liderança, à auto-confiança em atletas de alta competição, quer seja no desporto individual ou no desporto colectivo.

AC - Se pudesses trabalhar com qualquer tenista do presente ou passado, com quem trabalharias e porquê?

AVG - Se tempo me permitisse trabalharia com todos os jogadores do presente porque sei que os poderia ajudar mas principalmente pela simples razão de que trabalhar com vários atletas de personalidades diferentes faria de mim um treinador mais experiente, pronto para desafios mais aliciantes .

AC -Que conselhos gostarias de dar aos jovens portugueses que agora iniciaram a sua caminhada neste desporto?

AVG - Basicamente que se divirtam e que sigam em frente mesmo que as coisas não corram como o esperado.

