



Ο Δημήτρης Ιτούδης παρακολούθησε από κοντά την προετοιμασία των Ντιτρόιτ Πίστονς και μεταφέρει μέσω του Serk.gr την εμπειρία του για την εκπληκτική οργάνωση, τη μεθοδικότητα του κόουτς Φρανκ και τον προγραμματισμό των Αμερικανών.

"Καταρχήν πρέπει να μιλήσουμε για δύο κομμάτια: το ένα είναι το οργανωτικό και αφορά το μάνατζεμεντ των υπόλοιπων ανθρώπων που βοηθούν τους αθλητές και το καθαρά αγωνιστικό.

Σε ότι αφορά το πρώτο το NBA και όχι μόνο οι Πίστονς είναι πολλά χρόνια μπροστά από την Ευρώπη. Οι ομάδες προσφέρουν όλες τις προϋποθέσεις, ώστε οι αθλητές να μην έχουνε την παραμικρή δικαιολογία. Παρέχονται οι καλύτερες υπηρεσίες, στις καλύτερες εγκαταστάσεις. Οι συνθήκες για δουλειά είναι άριστες, η υποστήριξη από το ιατρικό προσωπικό, τους προπονητές και τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας που τους βοηθούν να αντιμετωπίζουν ότι πρόβλημα προκύψει στην καθημερινότητα τους. Ο αθλητής έχει ότι χρειαστεί, πριν καν το ζητήσει" ήταν τα πρώτα λόγια του.

Αναφερόμενος στην προπόνηση τόνισε: "ο ρυθμός είναι μικρότερος. Κατά τη διάρκεια της προαγωνιστικής περιόδου οι ομάδες κάνουν μια προπόνηση το πρωί, σαν να μιλάμε για μια δουλειά... γραφείου. Το απόγευμα, βέβαια, ορισμένοι παίκτες επισκέφτονται βάσει προγράμματος το προπονητήριο για να κάνουν θεραπεία, βάρη, ή να γυμναστούν μόνοι τους.

Κι όταν λέμε προπονητήριο εννοούμε ένα υπερσύγχρονο γήπεδο αξίας 7-8 εκατομμυρίων δολαρίων που έχει μέσα εκτός από το γήπεδο, φυσιοθεραπευτήρια, πισίνες, τζακούζι. Εκεί ο παίκτης μπορεί να κάνει θεραπεία, βάρη, να χαλαρώσει, να φάει πρωινό ή μεσημεριανό, να ξεκουραστεί".

Και συνέχισε: "Τα οικονομικά δεδομένα είναι τελείως διαφορετικά. Στην Ευρώπη μπορούμε να τα πλησιάσουμε εν μέρει, αλλά όχι στο ίδιο επίπεδο, καθώς τα χρήματα εδώ είναι πολύ λιγότερα. Μπορούμε, όμως, να πάρουμε πράγματα και να τα εφαρμόσουμε".

Για το αγωνιστικό κομμάτι υπογράμμισε: "η προετοιμασία δεν διαρκεί πάνω από 4 εβδομάδες. Όλα γίνονται μες στο γήπεδο, όχι όπως στην Ευρώπη. Αυτό, βέβαια, δεν σημαίνει πως το ένα είναι σωστό και το άλλο λάθος. Προσωπικά θεωρώ ότι είναι καλό κάποια πράγματα να γίνονται εκτός γηπέδου, για να δημιουργείται μια βάση που είναι πολύ χρήσιμη στον τομέα της φυσικής κατάστασης.

Οι προπονήσεις τους διαρκούν 3-4 ώρες, ειδικά οι πρώτες που περιλαμβάνουν αρκετή

διδασκαλία για συστήματα και αμυντική προσαρμογή. Η ένταση κλιμακώνεται σιγά σιγά. Η προπόνηση, πάντως, ξεκινά νωρίτερα. Οι αθλητές έρχονται αρκετή ώρα πριν στο γήπεδο. Αν για παράδειγμα ξεκινά στις 11.00 οι rookies θα έρθουν στις 09.00 για να είναι έτοιμοι. Οι βετεράνοι θα έρθουν στις 10.00. Πριν ξεκινήσει η προπόνηση θα πρέπει να έχουν κάνει treatment (θεραπεία, δέσιμο, μασάζ), θα έχουν μπει στο γήπεδο και θα έχουν δουλέψει με τους βοηθούς κάνοντας ατομικές ασκήσεις και σουτ για να είναι έτοιμοι όταν θα χτυπήσει η κόρνα στις 11.00.

Συνήθως χωρίζονται σε γκρουπ ανάλογα με τις θέσεις, είτε πέντε, είτε τέσσερα (οι φόργουορντ μαζί, ή τα "4άρια" και τα "5άρια" μαζί) και συνήθως ένας προπονητής αναλαμβάνει την κάθε θέση χωριστά, έχοντας στην ευθύνη του την εξέλιξη και τη βελτίωση των παικτών κατά τη διάρκεια της σεζόν".

Ο Δημήτρης Ιτούδης, που παρακολούθησε τις προπονήσεις των Πίστονς μαζί με τον Ζέλικο Ομπράντοβιτς δήλωσε ακόμη: "Η δική μας εμπειρία ήταν πολύ σημαντική. Ταξιδέψαμε με την ομάδα, με το δικό της αεροπλάνο. Λόγω των πολλών ταξιδιών οι ομάδες έχουν καταλήξει ότι τις συμφέρει από οικονομικής πλευράς, αλλά και από την άποψη της ταλαιπωρίας να ταξιδεύουν με ιδιωτικό αεροπλάνο. Είναι μια μεγάλη βοήθεια προς τους παίκτες και τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας.

Εμείς είχαμε την ευκαιρία να δούμε ομάδες διαφορετικής κλάσης, από μικρομεσαίες μέχρι τους πρωταθλητές Μαϊάμι Χιτ".

Και συμπλήρωσε: "Έχω δουλέψει σε τρία summer league με τους Ντιτρόιτ Πίστονς και αυτή ήταν η πρώτη προετοιμασία που πήρα μέρος. Μπορώ να πω, λοιπόν, ότι οι ομάδες που πρωταγωνιστούν στο NBA και φτάνουν στους τελικούς των περιφερειών, έχουν ενστερνιστεί τον τρόπο παιχνιδιού της Ευρώπης. Βάζουν δηλαδή πολλούς παίκτες στο επιθετικό παιχνίδι και δεν καταφεύγουν σε one-man-show ή αποκλειστικά σε ένα παιχνίδι δύο ατόμων. Αναφέρομαι για τους Σέλτικς, τους Σπερς, τους Χιτ, ενώ και οι Πίστονς προσπαθούν να παίξουν έτσι.

Η διαφορά βέβαια μεταξύ Ευρώπης και Αμερικής παραμένει και έχει να κάνει κυρίως με την ικανότητα και τη σωματοδομή των παικτών. Μην ξεχνάμε ότι στο NBA παίζει η πλειοψηφία των καλύτερων παικτών του πλανήτη. Υπάρχουν παίκτες που μπορούν με τις σωματικές τους ικανότητες να διορθώσουν τα τεχνικά ή τακτικά λάθη τους μες στο παρκέ.

Για παράδειγμα καθαρά "3άρια" στο NBA μπορούν να παίξουν "4" και "5" στην Ελλάδα, όπως είχε συμβεί με τον Μάικ Μπατίστ, που ήρθε από το Μέμφις ως σμολ-φόργουορντ. Το μπάσκετ, ωστόσο, είναι παγκόσμιο, αν και υπάρχει η διαφορά στους κανονισμούς και στον τρόπο που σφυρίζουν οι διαιτητές. Κατά τη γνώμη μου όσο πιο γρήγορα πλησιάσουν οι κανονισμοί τόσο το καλύτερο, γιατί το μπάσκετ θα γίνει πιο ενιαίο. Γενικότερα, πάντως, θεωρώ ότι τα επόμενα χρόνια θα υπάρχουν πολλοί Ευρωπαίοι προπονητές στο NBA".

Ολοκληρώνοντας ο Δημήτρης Ιτούδης αναφέρθηκε στα στοιχεία που του έκαναν ιδιαίτερη εντύπωση. "Το ένα είναι ο επαγγελματισμός όσων δουλεύουν στην ομάδα και δεν αναφέρομαι στους προπονητές. Ο υπεύθυνος για το ρουχισμό, για τα τηλέφωνα ή τα

αυτοκίνητα των παικτών, για το γήπεδο, για την ασφάλεια, είναι όλοι τους άκρως επαγγελματίες. Υπάρχουν τόσα πολλά άτομα που ασχολούνται με τους αθλητές, που τους δίνουν τη δυνατότητα να έχουν ένα πράγμα στο μυαλό τους: πως θα αποδώσουν καλύτερα στην προπόνηση και στους αγώνες.

Ο Λόρενς Φρανκ είναι πολύ επαγγελματίας και εργοσιμανής. Περνάει πολλές ώρες στο γήπεδο και με τους συνεργάτες του. Είναι πολύ οργανωτικός και δεν αφήνει καμία λεπτομέρεια στην τύχη. Είναι όλα στο χαρτί, μέχρι το τελευταίο δευτερόλεπτο. Θεωρώ πως είναι ο κατάλληλος για αυτή τη νεανική ομάδα που έχει το Ντιτρόιτ".