

## خبر

راز مربی بدنساز پرسپولیس  
بازیکنی که مقابل  
سپاهان ۱۵ کیلومتر  
دوید!

په په لوسادا مربی بدنساز اسپانیایی پرسپولیس بعد از قهرمانی سرخ‌ها درباره شرایط بدنی این تیم صحبت‌های جالبی مطرح کرده که می‌خوانید:

● عملکرد امیری ۳۴ ساله: او یکی از بهترین بازیکنان حرفه‌ای فوتبال است که در دوران مربیگری تمرین داده‌ها... در همان سطحی که چیکو فلورس (الدحیل) یا سوسو (آت میلان، سویا) قرار داشت. امیری الگوی کاملی برای بازیکنان جوان فوتبال ایران است.

● وضعیت فصل آینده: به نظر من باید این سؤال را از باشگاه یا مدیر برنامه من بپرسید. من پرسپولیس را دوست دارم اما هنوز اتفاقی برای فصل آینده نیفتاده و ما دو بازی دیگر داریم. ● توانایی انجام مسابقه با حضور در آسیا: بسیار مهم است که یک تیم با ۲۴ بازیکن با سطح مشابه داشته باشید. چون طبیعتاً اگر تعداد بازیکنان کم باشد، آنها مجبور خواهند بود بیشتر بازی کنند و بیشتر در معرض مصدومیت قرار خواهند گرفت و طبیعتاً بدن‌هایشان برای پایان فصل تحلیل خواهد رفت.

● پیشرفت بدنی بازیکنان پرسپولیس؟: تا آنجا که من می‌دانم قطعاً بله... من در مورد مصدومیت‌های فصل گذشته و آمادگی بدنی از بخش پزشکی پرسیدم، آنها به من گفتند که شاخص آسیب در این فصل کاهش یافته است. در مورد آمادگی جسمانی فقط نگاهی بیندازید که عملکرد تیم چگونه است؟ این فصل ما تلاش زیادی کردیم و توجه زیادی به پیشگیری از مصدومیت داشتیم... در این‌ها حسن تشکرینیا نقش مهمی داشت و او این کار را کاملاً انجام می‌دهد. برای یک تیم هماهنگی با وظایف در زمین فوتبال بسیار نیاز است. همچنین علی اعظم به عنوان فیزیوتراپ نقش زیادی با درمانگر و برنامه‌های توانبخشی دارد و سپس نکته مهم این است که هماهنگی کامل در طراحی تمرینات برای رسیدن به جنبه‌های فیزیکی، فنی و تاکتیکی داریم... ما کار نزدیکی با آقا حبیبی و اوسمار داریم و این هماهنگی بسیار مهم است.

● کاهش فشار بدنسازی در هفته‌های پایانی: البته. این یکی از اصول اصلی تمرین بدنی است... در این روش اطلاعات GPS برای نظارت بر بازیکنان در تمرینات و مسابقات انفرادی و گروهی بسیار مهم است و ما سعی کردیم به این شکل فشار لازم و نه حداکثری را به بازیکنان وارد کنیم.

● زمان استراحت بعد از پایان فصل: به نظر من بازیکنان باید حداقل ۳۰ روز وقت داشته باشند... البته هر بازیکن با برنامه تمرینی خاص خود باید کارهایش را انجام دهد. من به آنها گفتم: اصلاً استراحت نکن!

● سه بازیکن برتر از نظر بدنی: این یک راز بزرگ در تیم ماست. در کل اما خیلی راضی هستیم چون با فرم عالی به مهم‌ترین مرحله فصل می‌رسیم... اما هنوز دو قدم دیگر در جام حذفی باقی است و همان‌طور که گفتم کار تقریباً تمام شده و خوشحالم که موفق بودیم.

● بیشترین دوندگی در بین بازیکنان پرسپولیس: نامش را الان نمی‌توانم بگویم چون هنوز دو بازی دیگر داریم اما او کسی است که در بازی سپاهان ۱۵ کیلومتر دوید!



## سیدجلال حسینی

کار کردن کنار یحیی خوب بود

سال خوبی برای من بود. در زمان بازی تحت فشار بودیم. در مربیگری هم روزهای سختی وجود دارد. بعد از خداحافظی‌ام، کار کردن کنار یحیی گل محمدی دوره خوبی برای کسب تجربه بود. سال سختی را پشت سر گذاشتیم و قهرمانی خوبی به دست آوردیم. در فوتبال، وقتی امروز قهرمان می‌شوید فردا باید از نو شروع کنید. قهرمان لیگ برتر شدیم، الان در جام حذفی دو بازی سنگین داریم و تمرکزمان روی بازی با هوادار است. در فوتبال وقتی موفق می‌شوید، فردا روز جدیدی است.



## امید عالیشاه

باید با تماشاگر بازی کنیم

فوتبال بدون تماشاگر معنایی ندارد. بدون حضور هواداران فوتبال جذابیتش را از دست می‌دهد و اصلاً باید برای چه بازی کنیم و سکوهایی خالی را نگاه کنیم. بازی ما با هوادار در هر ورزشگاهی برگزار می‌شود باید با حضور هواداران باشد چون هوادار حق دارد بازی تیمش را از نزدیک ببیند. وقتی ورزشگاهی شرایط میزبانی از تماشاگر را ندارد نباید برای میزبانی از این مسابقه تعیین شود. حتی قاب‌های تلویزیونی هم با حضور هوادار خیلی زیباتر می‌شوند.



## عیسی آل‌گشیر

بازیکنان برای قهرمانی از تفریح‌شان گذشتند

بعد از بازی با سپاهان که باختیم، جمع شدیم و قول دادیم تمرکزمان روی کار خودمان باشد و کاری به نتایج دیگر تیم‌ها نداشته باشیم و تمام بازی‌ها را ببریم. زمانی که تمرین ساعت ۴ بود بازیکنان از ساعت ۲ می‌آمدند و وزنه می‌زدند و از وقت تفریح‌شان می‌گذشتند. دو روز بعد از قهرمانی هم این موضوع تکرار شد و وقتی سر تمرین رفتیم دیدم ۲ ساعت قبل از تمرین تمام بازیکنان آمده‌اند تمرین کنند. وقتی تلاش کنید مزد زحمات‌تان را می‌گیرید.

اصالتیان: بیرانوند بهترین بازیکن و  
تکیه‌گاه بزرگ پرسپولیس استاصلاً نباید هوادار را  
دست‌کم گرفت

امیرحسین اصالتیان مهاجم اسبق پرسپولیس معتقد است بهترین اتفاق ممکن در فینال برای پرسپولیس رخ داد اما جدا از درخشش بازیکنان پرسپولیس در فینال معتقد است این تیم در حساس‌ترین مقطع فصل دو مدعی دیگر قهرمانی را جا گذاشت و با تداوم موفقیتش قهرمانی‌اش را تثبیت کرد. به بهانه قهرمانی پرسپولیس در فینال و حضور در جام حذفی گفت‌وگویی با اصالتیان داشتیم.

## مسعود قراگزلو

روزنامه نگار

در بازی پایانی پرسپولیس مقابل نساجی فکر می‌کردید پرسپولیس با نتیجه‌ای پرگل برنده شود؟

بهترین اتفاقی که ممکن بود برای پرسپولیس رخ دهد در بازی پایانی برای تیم قهرمان رخ داد چون پرسپولیس در دقیقه یک به گل رسید و به نوعی چک اول را زود به تیم نساجی زد. جدا از این تیم میزبان هم خیلی زود با دو خطای آشکار از زمین اخراج شد تا همه چیز برای برد پرسپولیس فراهم شود و تیم حریف هم زور نداشت و در هر حمله پرسپولیس دروازه تیم نساجی می‌لرزید، به همین دلیل در همان دقائق اولیه و در نیمه اول بازیکنان پرسپولیس جام را در دستان خودشان می‌دیدند.

اما جدا از گل‌هایی که زده شد، پرسپولیس می‌توانست با نتیجه‌ای پرگل‌تر حریفش را شکست دهد؟

بله شاید می‌شد نتیجه‌ای پرگل‌تر هم کسب شود اما از آنجا که همه چیز در دسترس پرسپولیس بود و پرسپولیس هم بازی‌های جام حذفی را در پیش دارد شاید در نیمه دوم و در مجموع نیاز نبود خیلی به آب و آتش برند.

فکر می‌کنید چه موضوعی در قهرمانی پرسپولیس خیلی تأثیر داشت؟

پرسپولیس بعد از باخت مقابل سپاهان در تهران همه بازی‌هایش را برد، در حالی که سپاهان در خانه‌اش مقابل ملوان دو امتیاز حساس را از دست داد، از سوی دیگر پرسپولیس در یک دیدار شش امتیازی تیم استقلال را در دربی شکست داد. ضمن اینکه استقلال در خانه مقابل صنعت نفت هم دو امتیاز بسیار حساس از دست داد که این تیم را از کورس رقابت خارج ساخت اما تداوم نتایج عالی پرسپولیس در حساس‌ترین مقطع زمانی موجب شد که پرسپولیس موفق و با اقتدار قهرمان شود.

در رابطه با صحبت‌های سرمربی استقلال هم بعد از برد پرسپولیس تنش‌های زیادی به وجود آمد. در این رابطه چه توضیحی دارید؟

من فکر می‌کنم پرسپولیس دنبال تبریک مربیان تیم رقیب نیست و در حال حاضر مهم این است که فکرش را برای مسابقات بعدی جام حذفی که خیلی هم مهم است و پای یک جام دیگر در میان است معطوف سازد.

در رابطه با بازی پرسپولیس مقابل هوادار چه صحبتی دارید؟

پرسپولیس بازی سختی را مقابل هوادار دارد و نباید این تیم را دست‌کم بگیرد چون در این صورت ممکن است به مشکل بخورد.

اما به هر حال بعد از قهرمانی در لیگ فکر نمی‌کنید انگیزه بازیکنان پرسپولیس در جام حذفی کمتر شود؟

به هر حال این وظیفه کادر فنی است که با تجربه و کارایی‌اش تیم پرسپولیس و بازیکنانش را در شرایط خوب نگه دارد تا چیزی از انگیزه بازیکنان کم نشود و با توجه به شناختی که از سرمربی پرسپولیس دارم اعتقاد دارم که پرسپولیس در جام حذفی هم با انگیزه بالا بازی خواهد کرد.

بازی با هوادار در ورزشگاه دستگردی برگزار می‌شود یا در آزادی؟

به هر حال اگر بخواهیم مسائل امنیتی و سایر موارد را در نظر بگیریم حتماً باید در ورزشگاه آزادی برگزار شود و حتماً فیفا و بقیه نهادهای فوتبالی هم در ایران این نکته مهم را در اولویت برنامه‌های خودشان قرار خواهند داد.

در این رابطه صحبت نکردید که بازی فینال بین پرسپولیس و استقلال در جام حذفی را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

از حالانمی‌توان این دیدار را پیش‌بینی کرد، ضمن اینکه دو تیم دو بازی حساس را هم پیش رو دارند اما به هر حال چیزی که مشخص است روحیه پرسپولیس بسیار بالا است و استقلال هم به واسطه چند برد خوبی که اخیراً کسب کرده با روحیه به مصاف پرسپولیس خواهد آمد.

بهترین و موفق‌ترین بازیکن پرسپولیس را در این فصل چه بازیکنی ارزیابی می‌کنید؟

به نظر من در بین بازیکنان پرسپولیس بیرانوند بهترین بود و تکیه‌گاهی بزرگ برای سرخوشان بود و فراز و نشیبی در طول فصل نداشت.

بعضی افراد به دنبال بهانه آوردن هستند

باقری‌ها: پازل  
قهرمانی حذفی با بردن  
استقلال کامل می‌شود

داشته باشد، چه بسا فصل قبل دیدید که

درویش مدیرعامل پرسپولیس در برنامه زنده تلویزیونی قهرمانی استقلال را تبریک گفت و سرورشی رفیعی نیز یکی از بازیکنان بزرگ سرخوشان بود که قهرمانی را تبریک گفت. از همه این مسائل گذشته ما حسرت تبریک مربی رقیب را نداریم و همان‌طور که گفتم سرمربی رقیب باید بپذیرد که در دو بازی ارنج بدی داشت و تیمش را ترسو ارنج کرد و در مثالی دیگر به دنبال بهانه هستند و با بیان مطالب غیر واقعی سعی دارند قهرمانی پرسپولیس را زیر سؤال ببرند که هیچ‌کدام از این موارد درست نیست.

از آخرین بازی پرسپولیس در لیگ بیست و دوم شروع کنیم.

پرسپولیس جدا از بازی مقابل نساجی از ابتدای لیگ، فصل را خیلی خوب شروع کرد و محکم و با صلابت هم آن را تمام کرد. در چند بازی داوری پرسپولیس را اذیت کرد اما نکته مهم این بود که پرسپولیس همه این موارد را به خوبی مدیریت و سپری کرد. پرسپولیس مقابل نساجی هم خیلی زود به گل رسید تا بازیکنانش بدون فشار روانی بازی را ادامه داد و با چهار گل به پیروزی برسند و فصل را به بهترین شکل ممکن با برد پر گل و قهرمانی تمام کنند.

اما بعضی‌ها وجود برخی حمایت‌ها را دلیل قهرمانی پرسپولیس عنوان کردند. متأسفانه یکی از دلایلی که موجب شده کمتر رشد کنیم به این مسئله بازمی‌گردد که می‌خواهیم پشت ضعف‌های مان پنهان شویم، در حالی که همه می‌دانند اگر سپاهان در بازی مقابل ملوان امتیاز از دست نمی‌داد و برنده می‌شد حتماً شانس قهرمانی را از دست نمی‌داد. تیم استقلال هم در دربی دور برگشت که به نوعی مهم‌ترین بازی برای آنها و پرسپولیس در رابطه با قهرمانی بود قافیه را باخت و در بازی دیگرش به تیم ضعیف صنعت نفت امتیاز داد؛ دو نکته مهمی که موجب شد تا این تیم به طور کلی از کورس جا بماند و در نهایت به جایگاهی بهتر از سومی نرسد. من دلایل قهرمان نشدن دو مدعی دیگر را گفتم، به همین دلیل حرف‌های دیگری که گفته می‌شود ارزشی ندارد و نباید آنها را جدی گرفت.

اما به هر دلیلی که بوده سرمربی استقلال قهرمانی پرسپولیس را به یحیی تبریک گفت!

من فکر می‌کنم هر مربی باید شهامت

در طول فصل نداشت.