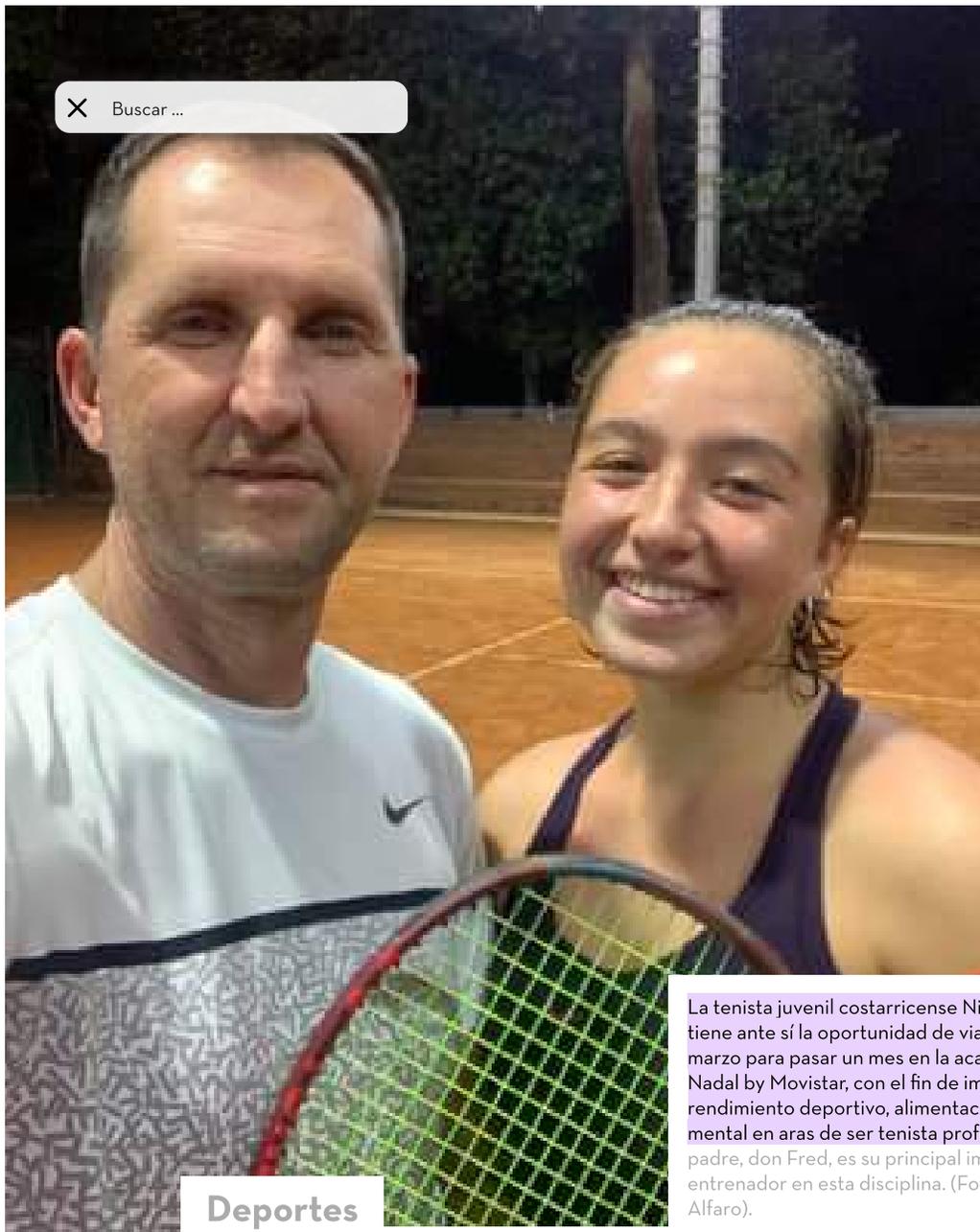


- País
- Universitarias
- Mundo
- Cultura
- Deportes
- Opinión
- Ideas&Debates
- Suplementos
- Nosotros
- Puntos de Venta

SUSCRIBIRSE



Buscar ...



Deportes

La tenista juvenil costarricense Nicole Alfaro tiene ante sí la oportunidad de viajar a España en marzo para pasar un mes en la academia Rafa Nadal by Movistar, con el fin de impulsar su rendimiento deportivo, alimentación, y trabajo mental en aras de ser tenista profesional. Su padre, don Fred, es su principal impulsor y entrenador en esta disciplina. (Foto: Nicole Alfaro).

## Primera raqueta femenina nacional logra pasantía en academia de Rafael Nadal

Por [Juan Pablo Rodríguez Campos](#), Periodista de Deportes. | [juan.rodriguezcampos@ucr.ac.cr](mailto:juan.rodriguezcampos@ucr.ac.cr)  
9 febrero, 2022

COMPARTE



En este mes, la nacional tendrá la oportunidad de recibir entrenamiento técnico y táctico personalizado bajo la metodología de los Nadal y su equipo de trabajo, preparación física orientada a mejorar el

*rendimiento en la pista, trabajos en fortaleza mental, concentración, alimentación e hidratación.*

X

País

Universitarias

Mundo

Cultura

Deportes

Opinión

Ideas&Debates

Suplementos

Nosotros

Puntos de Venta

SUSCRIBIRSE



**E**s la principal tenista femenina de Costa Rica (es 490° en el *ranking* de la Federación Internacional de Tenis, siendo la única costarricense en estar entre las primeras 500 tenistas juveniles del mundo) y también campeona nacional Sub 16. Por eso, y con el fin de impulsar su carrera, Nicole Alfaro Solís obtuvo una oportunidad única para cualquier tenista infantil o juvenil como ella: una beca deportiva en la academia Rafa Nadal by Movistar en Manacor de Mallorca, España.

Dicha academia, como su nombre lo indica, le pertenece ni más ni menos que a uno de los mejores tenistas del mundo a lo largo de los últimos 15 años, el español Rafael Nadal.

Algunos de los entrenadores de lujo que trabajan en esta academia son Antonio Nadal, el tío que dirigió a Rafael en el tenis desde que tenía 3 años y hasta sus 30, hace ya un lustro, cuando decidió que era tiempo de dedicarse a formar a las próximas generaciones de tenistas y dejar a su exitoso sobrino aprovechar y disfrutar con calma sus últimos años de carrera deportiva que le queden y Carlos Moyá, extenista profesional que entrenó a Rafael un tiempo después de la salida de don Antonio.

Se espera que Alfaro haga efectiva la reserva en esta academia desde el 5 de marzo y hasta el 5 de abril del presente año.

En este mes, la nacional tendrá la oportunidad de recibir entrenamiento técnico y táctico personalizado bajo la metodología de los Nadal y su equipo de trabajo, preparación física orientada a mejorar el rendimiento en la pista, trabajos en fortaleza mental, concentración, alimentación e hidratación; asimismo, también recibirá entrenamientos, competencias y convivencia en general con jugadoras que están en la academia por el programa anual. Todo lo que necesita alguien como ella, una tenista que desea llegar a ser profesional una vez alcance la edad adulta.

A través de una publicación en sus redes sociales y sabedora de lo que le puede aportar en su futuro, Alfaro se mostró

País  
Universitarias  
Mundo  
Cultura  
Deportes  
Opinión  
Ideas&Debates  
Suplementos  
Nosotros  
Puntos de Venta

SUSCRIBIRSE



X

complacida con esta oportunidad: «Voy a aprovechar esta experiencia para dar lo mejor como siempre lo he hecho, para crecer como jugadora y como persona».

A sus 16 años esta vecina de Grecia de Alajuela ha viajado a diferentes torneos disputados en el continente americano, en categorías J3 a J5 y ha jugado en varias Copas del Café (torneo J1, la máxima categoría de torneos juveniles) y en Juegos Deportivos Nacionales. Además, cuenta con medallas doradas en su haber por los Juegos para su cantón, pero en los torneos internacionales que ha disputado tiene el reto de emular las semifinales, las cuales ha alcanzado en cuatro ocasiones, la última vez, en un torneo Grado 5 del Circuito Mundial de Tenis Junior que tuvo lugar en San José apenas el pasado diciembre.

Su principal compañero en esta aventura es don Fred, un hombre que la conoce desde siempre y la ha formado (y sigue haciéndolo) tanto en la cancha como en su casa, ya que, además de ser su entrenador, es su padre. Adicionalmente, él es fundador y dueño de su propia academia de tenis en Grecia, en la cual forjó a varios niños y niñas, incluidas Nicole y su hermana mayor, Hillary, quien no optó por el profesionalismo una vez cumplió la mayoría de edad.



UNIVERSIDAD intentó conversar con los Alfaros sobre lo que representa esta experiencia única para la joven jugadora, sin embargo, aunque se pactó con el padre de familia un horario para entrevista con este medio, llegada la hora, no atendió las llamadas de este medio y posteriormente tampoco lo hizo. Aquí está lo que se pretendía consultarle a ambos:

1- ¿Cómo se toman la oportunidad de estar un mes en la academia de uno de los mejores tenistas del mundo en la actualidad y cuánto le puede ayudar a Nicole esa pasantía de cara a una carrera profesional posterior?

2-¿De qué manera inició su pasión por el tenis?

3-¿Cuáles fueron las mayores dificultades a las que se han tenido que sobreponer para lograr competir en varios torneos nacionales e internacionales? ¿Cómo ha sido el

Inicio

País

Universitarias

Mundo

Cultura

Deportes

Opinión

Ideas&Debates

Suplementos

Nosotros

Puntos de Venta

SUSCRIBIRSE



acceso a diferentes canchas nacionales e internacionales, públicas y privadas para entrenar?

X

4- Desde que decidió dedicarse de lleno al tenis hasta el presente, ¿cuánto ha progresado y en cuáles áreas deportivas?

5- ¿En cuáles áreas del tenis se necesita mejorar todavía?

6- ¿De las diferentes superficies, cuál o cuáles le gustan más y por qué?

7- ¿Ahora, en cuáles superficies se desempeña mejor, y por qué?



8- ¿Cómo siente la carga de torneos por año que disputa? ¿Siente que podría ser mayor, menor o la siente bien, y por qué?

9- ¿Cuánto ayudan los patrocinios para poder tener al menos la cantidad de torneos que tienen ahora?

SUSCRÍBASE A LA EDICIÓN SEMANAL EN FORMATO DIGITAL.

Precio: C\$12.000 / año

Artículos relacionados



# EL MENÚ

- País
- Universitarias
- Mundo
- Cultura
- Deportes
- Opinión
- Ideas&Debates
- Suplementos
- Nosotros
- Puntos de Venta

SUSCRIBIRSE



## X SUSCRÍBASE AL BOLLETÍN

Email

SUSCRIBIR

## CONTÁCTENOS

Nombre

Correo

Tema

Mensaje

SEND

## NAVEGACIÓN

- Suscripciones
- País
- Mundo
- Universitarias
- Cultura
- Deportes
- Ideas&Debates
- Opinión
- Suplementos
- Nosotros

## DIRECCIÓN

Campus Rodrigo Facio Brenes de la Universidad de Costa Rica, en San Pedro de Montes de Oca

Tel: [2511-6725](tel:2511-6725)

Email:

[semanariouniversidad@ucr.ac.cr](mailto:semanariouniversidad@ucr.ac.cr)



Buscar...