

# FREDERICO GIL

Na próxima semana, o antigo n.º 1 nacional regressa à competição, no Algarve, ao fim de 10 meses. Aos 28 anos a ambição é alta

## «O meu sonho continua a ser o top 30»

NORBERTO SANTOS

**RECORD** – Quais são as expectativas para este regresso à competição?  
**FREDERICO GIL** – Neste momento, o mais importante para mim é voltar a estar a um bom nível competitivo, estabilizar física, técnica e emocionalmente. O regresso passa por estes patamares e é nisso que vou estar focado.

**R** – Qual é a ideia que tem do que pode fazer nas próximas semanas em torneios da categoria Future?

**FG** – Nas próximas semanas o mais importante é dar continuidade ao trabalho que tenho vindo a desenvolver nestes últimos dois meses, onde me treinei bastante contando sempre com o apoio da minha família, amigos, da equipa técnica e da minha namorada. Nesta altura estou

**Pisou os grandes palcos do ténis mundial e agora treina-se como um miúdo de 14 anos para voltar a ser apenas feliz**

“ O mais importante é dar continuidade ao trabalho que tenho vindo a desenvolver nos últimos meses

a acabar uma fase de treino bastante boa, apesar de ter tido dois ligeiros contratempos com mazelas no adutor e no pescoço. Sei que tenho feito uma boa preparação, sinto-me em melhor forma física, a jogar um bom nível de ténis, e devo confessar que estou muito contente com os resultados dos testes físicos desde que estou a trabalhar com o prof. Luís Lopes e com toda a equipa técnica liderada pelo João Cunha e Silva, na qual estão incluídos o João Antunes e o Paulo Joaquim. Este trio é excelente e todos estão interessados em que possa melhorar o meu jogo, torná-lo mais completo.

**R** – E em termos psicológicos?

**FG** – O Mark Serrano tem-me ajudado em termos de rotinas e de pensamentos. A equipa está sólida e agora é preciso dar consistência ao trabalho.

**R** – Uma coisa são as ideias que retira dos treinos, mas em competição é diferente. O que espera de si quando entrar em campo?

**FG** – Todas as pessoas têm objetivos na vida e, como disse, a primeira meta é dar continuidade ao trabalho e ter capacidade de produzir o meu melhor ténis naquele dia. Não posso esquecer-me que desde maio não compito e neste último mês tenho feito bastantes jogos. Claramente estou em melhor forma, mas ainda longe daquilo que espero voltar a estar.

**R** – Até final do ano qual é a posição que espera alcançar no ranking

mundial?

**FG** – Prefiro conduzir o meu regresso à competição com alguma prudência e ver como tudo vai evoluir passo a passo. Não adianta estar a fazer futurologia.

**R** – Mas tem obviamente sonhos. Quais são?

**FG** – Obviamente que sim. O meu sonho está sempre presente e passa por voltar a fazer parte dos melhores do Mundo, que é pertencer ao top 50



**AMBIÇÃO.** Gil dá conta, ao nosso jornal, da sua determinação

ou top 30. Esse sonho e essa vontade continuam lá. Mas sei que tenho de ir com calma, até porque o meu ranking é baixo. Estou na 826.ª posição com um ranking protegido de 442.º. Estou bastante motivado para voltar a competir e tenho uma equi-

“ Estou bastante motivado para voltar a competir e tenho uma equipa técnica a apoiar-me a cem por cento

pa que está por detrás de mim a apoiar-me a cem por cento, sabendo que o primeiro passo é voltar a estar competitivo.

**R** – Considera que se as coisas correrem bem, pode voltar a um bom nível aos 29 anos?

**FG** – Acho que sim. Acredito que posso voltar a ter um bom nível e até superar os resultados e classificações que já tive.

**R** – Não será, portanto, um problema de idade...

**FG** – A questão não tem a ver com a idade. Fisicamente estou com mais força do que nunca, tecnicamente es-

«Tenho saudades dos Grand Slams»

**R** – Tem saudades dos torneios do Grand Slam e da Taça Davis?

**FG** – Tenho. Ainda no outro dia estava a falar com a minha namorada e disse-lhe que gostava de voltar a pisar aqueles grandes palcos e ela deu-me um grande ânimo.

**R** – Convenhamos que vai ser difícil voltar à titularidade da Seleção Nacional na Taça Davis...

**FG** – Sei que será muito difícil, tenho um longo caminho a percorrer no meu regresso à competição, mas diria, por outro lado, que o ranking não é o único critério para integrar a Taça Davis.

tou bem, a raqueta é boa e adaptei-me facilmente ao novo modelo. Felizmente tenho saúde, força e estou fortemente motivado para os torneios