



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Celestes se preparan con nuevas contrataciones y trabajo físico

1 JUL 2008



El asistente técnico Oscar Alegre y el preparador físico Guillermo Lizano coordinan el plan de pretemporada del cuadro celeste.

El Club de Fútbol de la Universidad de Costa Rica se prepara con miras al Campeonato de Invierno 2008 con nuevas contrataciones en la zona defensiva y ofensiva, así como en el cuerpo técnico.

Los universitarios continuarán bajo el mando del Director Técnico Johnny Chávez Arias quien firmó contrato con esta institución por dos temporadas más 2008-2009 y 2009-

2010.

El pasado 25 de junio en las oficinas del Club se realizó la firma de los jugadores Daniel Alvarado y Eduardo Valverde para la temporada 2008-2009, quienes llegan al cuadro universitario con gran ambición de realizar un buen trabajo y a su vez a portar experiencia, Alvarado en la zona defensiva y Valverde en la zona ofensiva.

Los jugadores Marvin Chinchilla, Sergio Martínez y Vicente Rocela también fueron contratados para la temporada 2008-2009. Asimismo, los jugadores Julio Morales, Osvaldo Quesada, Marvin Obando y Alonso Hilarión llegaron a un acuerdo con el Club para seguir formando parte de esta institución para la siguiente temporada.



El defensa Heiner Mora cuando realizaba las pruebas de oxigenación el 26 de junio 2008.

En el cuerpo técnico, la más reciente contratación es la del señor Oscar Alegre, quien desde el 23 de junio se unió al equipo como Asistente Técnico de Johnny Chávez.

Celestes de lleno a la Pretemporada

Durante los meses de junio y julio los celestes se dedican a realizar el trabajo de pretemporada con entrenamientos en la cancha de Miravalle, Anexo Estadio Nacional y Estadio Ecológico. Además, como parte del plan de pretemporada coordinado por el preparador físico Guillermo Lizano y el nuevo asistente técnico Oscar Alegre, los jugadores realizan trabajos técnicos tácticos, trabajo de pesas en el Gimnasio del Este y diversas pruebas físicas en la Escuela de Educación Física de la UCR.

En días pasados los universitarios fueron sometidos a Pruebas Físicas de Movimiento Humano y a las acostumbradas pruebas de oxigenación en la Escuela de Educación Física de la UCR. “El objetivo de practicar periódicamente estas pruebas al equipo, es valorar el consumo de oxígeno para ver la capacidad aeróbica de cada integrante del equipo”, manifestó Guillermo Lizano, preparador físico de la UCR.

Por su parte el M.Sc. José Moncada, Director de Laboratorio de Investigación de esta unidad académica, expresó que “las pruebas se realizan con el fin de detectar anomalías y supervisar las cargas de fuerza con que cuentan los jugadores, para una competencia tan exigente como lo es el Torneo de Invierno”.



[Katzy O'neal y Marcia Jiménez](#)

Periodistas ODI y Club Fútbol UCR respectivamente

katzy.oneal@ucr.ac.cr