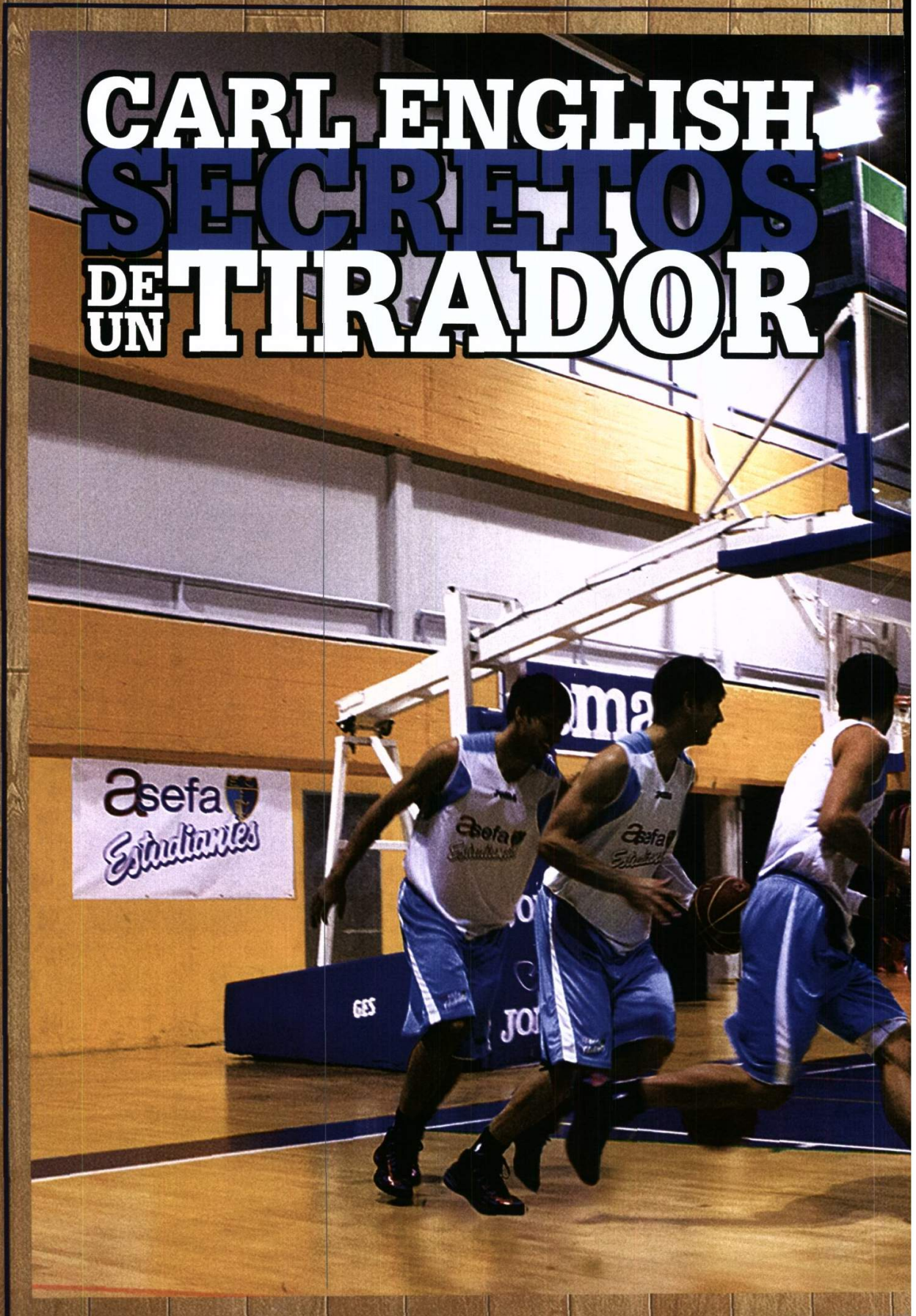
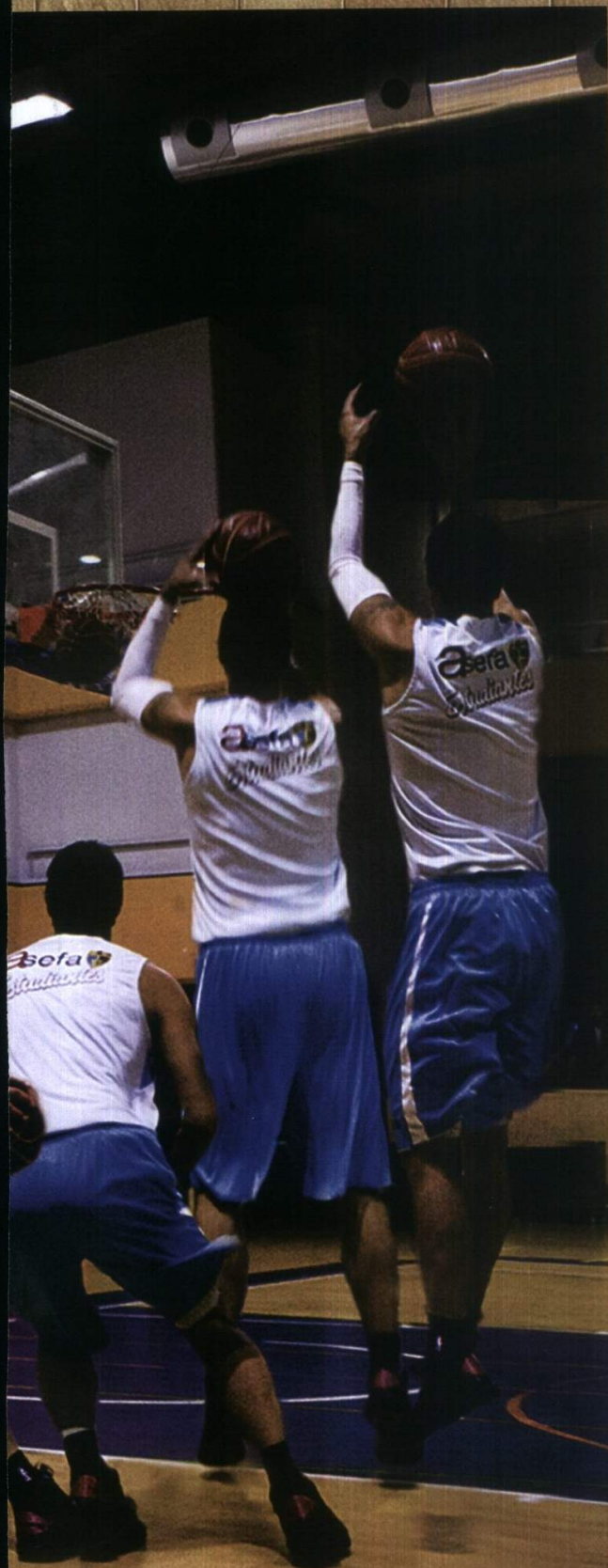




PERSONAJE ■

# CARL ENGLISH SECRETOS DE UN TIRADOR





**Cuando a un escolta como Carl English le propusimos diseccionar su mecánica de tiro, no dudó un instante en aportar datos, curiosidades y trucos que valen para muchos jugadores que empiezan o para cualquiera con ganas de perfeccionar su tiro. Fijarse en quien es capaz de encestar 39 puntos con el Asefa Estudiantes en la Liga Endesa es siempre recomendable.**

Texto: Carlos VELASCO

Fotos: Pablo Salvador

**E**l canadiense de 31 años y 1.96 m. ha vuelto a renacer en el Asefa Estudiantes. Su trabajo incansable este pasado verano le trajo réditos bien pronto en el equipo que dirige Txus Vidorreta y verle encarar el aro es sinónimo de producción de puntos.

Un jugador que logra un 8 de 11 en triples (como contra el Blussens el 1 de diciembre) tiene todas las papeletas para ser un ejemplo para los jóvenes jugadores y para los aficionados al baloncesto. ¿Cómo consigue meter tantos tiros? ¿Qué secretos tiene?

#### MAESTROS COMO REGGIE MILLER Y RAY ALLEN

"Mi entrenador del instituto, Gordon Pike, también era mi profesor. Me ayudó al intentar superar mis tragedias familiares [sus padres fallecieron en un incendio en su hogar siendo él un niño]. En la Universidad de Hawaii también coincidí con grandes tiradores y no se me olvidará mi periodo en Indiana ya que pude jugar con Reggie Miller, uno de los mejores tiradores de la historia. Él me decía que un especialista tenía que repetir y repetir. Y en Seattle, en los entrenamientos, coincidí con Ray Allen, otro excepcional tirador. Al fin y al cabo yo no era más que un *rookie* intentando llegar a la NBA y, por ejemplo, Ray Allen ha ganado más de cien millones en la NBA. Que él trabajase conmigo significó mucho. Había una cosa que siempre me decía: 'Si no llegas a entrar en el equipo, demuestra que eres suficientemente bueno para estar aquí, coge esa confianza allá donde vayas y cree en ti'. Le debo mucho por eso. Esta gente no tiene por qué decir nada a nadie pero él me ayudó a tener confianza en mí mismo".



## PERSONAJE ■

### TODO EMPIEZA EN LA MECÁNICA Y SIGUE EN LA REPETICIÓN

"Tienes que poner los pies correctamente. El pie derecho delante del izquierdo unos diez centímetros. Luego hago una 'T' con mis pulgares y el resto de mis dedos de la mano derecha dejan un poco de espacio bajo el balón para que no estén totalmente solapados. Busco crear una buena ventana con mis brazos para poder ver. De todas formas, la mayor parte del tiro viene de las piernas, tienes que estar equilibrado y fuerte ahí. Después, lanzo y pongo mis dedos en la trayectoria de la canasta. Si no tienes la mejor mecánica hay que repetir muchos tiros y tener confianza de meter. Si no crees que entrará, no entrará. En el baloncesto, como en otros muchos deportes, todo depende de las piernas. Si estás cansado y no tienes piernas en el último cuarto, el tiro no irá bien y no entrará. Hago más tiros en el verano porque hay que centrarse más durante la temporada en las situaciones y en los tiros de partido. Unos 200 tiros al día durante la temporada y entre 500 y 1.000 en verano. Según me hago mayor, prefiero la calidad a la cantidad. Cuando estoy en un entrenamiento en julio, practico durante 45 minutos o una hora. Cuando era más joven tiraba durante tres horas y terminaba hecho una verdadera mierda. Ahora sé lo que necesito. La mayor parte de esos tiros son tiros de partido".



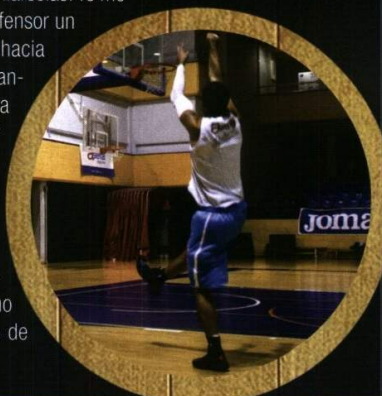
### CORREGIR LOS ERRORES

"Cuando era más joven mi tiro siempre iba a la derecha porque abría muchísimo el ángulo del codo. Metía canasta, pero no funcionaba bien. Pike me dijo que me tumbase en el suelo o en la cama y que lanzase hacia el techo con la mecánica correcta metiendo mi codo hacia dentro. En ese momento no entendía nada pero luego sí. Lo hacía durante horas por la noche. Intentaba meter el codo. Algunos tiran de una forma o de otra pero fijarse en los mejores tiradores del mundo ayuda".



### TENER RECURSOS COMO EL FADE-AWAY

"Los *fade-aways* son una manera de meterla de cualquier forma. Según creces y mejoras, te enfrentas a grandes defensores y hay que ingeniárselas. Yo me abalanzo hacia el defensor un poco y luego tiro hacia atrás. Lo más importante es que yo pueda estar en el aire y ver el aro. Incluso estando en escorzo, si tengo la fuerza para subir mis piernas y para mantenerme en el aire, no importa el equilibrio de mi cuerpo".



### SI HAY QUE ABRIR LAS PIERNAS, SE ABREN

"A veces abro las piernas. Los árbitros me dicen que lo hago para buscar una falta, pero no lo entienden. Fintas, corres lo más que puedes y la inercia del tiro te lleva hacia algún lado. Mientras que estás en el aire, esa inercia te lleva hacia atrás o hacia delante y tus piernas también reaccionan a ello. Estoy más centrado en meter el tiro que en evitar patear a alguien con las piernas en el aire. Rudy y Carroll lo hacen igual. Vas tan rápido que no se puede evitar. No intentas crear más espacio ni nada, sino conseguir una posición y tirar".



### SOÑAR CON QUE LA VAS A METER

"No pienso mucho en mi tiro hasta que llego a la cancha. Pero la noche antes de los partidos intento imaginar ciertas situaciones en mi cabeza pensando que gran parte de los tiros acaban con el balón entrando. Incluso en los días en los que luchas contra todo y no sale nada, todavía creo en que el siguiente va a entrar. No sólo ocurre conmigo, sino también con Navarro. Él puede llevar un cero de cinco y de repente meter un cinco de cinco. En cuanto que cojo una pequeña racha ya digo 'estoy encendido'".





## PIKE, EL MENTOR

Gordon Pike le entrenó en St. Thomas Aquinas, Canadá, durante su etapa en el instituto. Carl nos confesó que le cambió la mecánica. ¿Qué opina el maestro del alumno? "Sigo a Carl en la Liga Endesa y estoy muy impresionado por cómo recondujo su carrera esta temporada. Sin embargo, no me sorprende porque ha tenido muchos impedimentos en su trayectoria y los ha superado todos. Muchos otros se habrían rendido pero eso no va con él. Es muy independiente y la mayor parte de sus decisiones las ha realizado con un fuerte instinto que le dictó todo. Ahora soy el director en Newfoundland y uso a Carl como ejemplo de perseverancia y de fuerte carácter. Es un ejemplo para la juventud. Aprecio que él diga que yo le enseñé a tirar. Sin embargo, Carl fue un aprendiz rápido e instintivo. Además, pasó mucho tiempo con una canasta casera practicando de noche en una carretera cerca en la casa de su tío donde se crió.

***"La noche antes de los partidos intento imaginar situaciones pensando que gran parte de los tiros acaban entrando"***

Además, ha aprendido de otros muchos expertos y ha jugado en muchos equipos".

¿Qué errores cometía Carl? "Carl solía exceder su fuerza y eso evitaba una buena posición y ejecución porque tiraba muy rápido. Había que pararle cuando lo intentaba mucho". Practicaba todo tipo de situaciones en el tiro, según Pike, y destacaba por ser una esponja porque desde el inicio él quería jugar lo más alto posible. "Carl dominaba el baloncesto en el instituto. La cuestión no era cuántos tiros metía, sino cuántos tiraba de forma consecutiva. Éramos una pequeña escuela que competía y ganaba contra escuela cinco veces más grandes. Carl nos dio la confianza para hacerlo. Ahora hablamos a menudo y le recuerdo que puede ser mejor de la Liga Endesa si lo hace fácil y si tira inmediatamente sin perder su dinámica. También priorizamos las conversaciones en la preparación del partido. Por otra parte, Carl ha tenido más éxito en equipos donde él era el líder por la confianza de sus compañeros en él", sentencia. ■