CP CACEREÑO

UN SEGURO BAJO PALOS Lopito (25), es, junto a David Jiménez, uno de los dos porteros que mantienen el récord de imbatibilidad en España.

Márcame... si puedes

EL CACEREÑO LLEVA 11 JORNADAS SIN RECIBIR GOL

El equipo de Tercera es el único que mantiene la portería a cero • Hoy juegan ante el Jerez y defienden récord

SAMUEL GALICIA
MADRID

El dicho de que no hay mejor defensa que un buen ataque no es aplicable al CP Cacereño. El equipo del Grupo XIV de Tercera división es el único de todo el fútbol nacional al que todavía no le han hecho un gol... y parece que va para largo. El equipo, a pesar de ser algo colectivo, tiene nombres propios. David Jiménez y Lopito son los dos porteros que están defendiendo esta temporada los tres palos del Cacereño, y tienen claro que es una situación única, pero le restan importancia.

"La verdad es que ni Lopito ni yo hablamos de este récord. Sabemos que es simplemente algo anecdótico y que tarde o temprano nos acabarán metiendo un gol. Sólo pensamos en cumplir el objetivo, que es llegar a *playoffs* al final de temporada", aseguró David Jiménez a MARCA.

La imbatibilidad es compartida. Jiménez ha sido titular siete partidos, mientras que Lopito lo ha sido cuatro. "Si el gol que ponga fin a esta racha me lo marcan a mí me va a dar igual. Esto hay que disfrutarlo porque lo importante es ganar", explica Lopito.

3
GOLES ENCAJADOS llevaba a estas alturas en el curso pasado

990
MINUTOS A CERO lleva el Cacereño en lo que va de temporada

A pesar de que se restan mérito, saben que esta clase de circunstancias no suelen pasar y que sólo es algo excepcional. "Puede que esto nos pase sólo una vez en la carrera", afirmó Lopito.

ANTE OTRA PRUEBA DE FUEGO

Hoy –12.15 horas–, David Jiménez y Lopito –todavía no saben quién será titular– jugarán contra el Jerez. El objetivo lo tienen claro. "Prefiero ganar con un 1-2 que empatar a cero y mantener un simple número de imbatibilidad", declara David. Los rivales ya lo saben: que les marquen... si pueden.

Nàstic y Barça B, a por el derbi un mes después

EL DUELO aplazado entre los clubes catalanes pondrá fin a la séptima jornada de Segunda

V. IZQUIERDO/A. SEGURA

El Nàstic jugará, un mes después, el duelo aplazado por la falta de fuerzas de seguridad durante el referendo del 1 de octubre en Catalunya. A los de Rodri, el partido les servirá para intentar romper la racha de dos derrotas seguidos, que les ha hundido en la zona de descenso.

Sin excusas para el derbi, pero con cinco bajas, se presentarán los tarraconenses. La más sensible es la de Tejera, el cerebro y organizador del equipo. Maikel Mesa podría centrar su posición para intentar suplirle. Arriba, Manu Barreiro podría tener de pareja de baile a Uche, pese a que el nigeriano sale de una lesión que le impidió jugar en Lugo el pasado sábado.

En cuanto al filial culé, Aleñá y Ortolá vuelven de madrugada de Atenas, ya que viajan con la expedición de Valverde para disputar el partido de Champions ante Olympiacos. Pese a aterrizar hoy, ambos viajarán a Tarragona y partirán de inicio.

SEGUNDA B / G. II

REAL SOCIEDAD B	0
LEIOA	0

Zubieta — 950 espectadores

Zubiaurre	2	Etxeberria	2
Ujia	2	Ferrone	2
Arrieta	2	Morcillo ■	1
Le Normand	2	Aitor Córdoba	2
Lapeña	1	Pérez ■■ 83' ■	1
Guevara	2	Baleani	1
Calvillo	1	Martínez	2
→ Muguruza 60'	1	→ Álvarez 83'	s/c
Gorostidi	2	Iriondo	1
→ Sanz 74'	2	Yurrebaso ■	2
Jauregui	2	Asier Goti	2
Sáenz	1	→ Cortes 90'	s/c
→ Capilla 60'	2	Aspas	2
Merquelanz	2	→ Camporro 76'	1

Árbitro: Jerónimo Montes (Colegio madrileño)

JON MIKEL PRADERA

Partido abierto el que disputaron Real Sociedad B y Leioa. Los txuriurdines tuvieron mayor posición del balón, pero no consiguieron desnivelar el choque.

ENTRÉNATE PARA LA VIDA

Patricia Ramírez @patri_psicologa

CINCO PÍLDORAS PARA AFRONTAR UN DERBI

El próximo lunes se juega en Segunda el derbi entre **Huesca y Zaragoza.** Estos encuentros siempre tienen algo especial. Suponen un momento único para jugador, club y afición. El triunfo suma los mismos tres puntos que otro partido, pero un derbi son emociones, sanas rivalidades, superación, estadísticas o la charla del café con tu amigo del equipo rival.

Además, ganar un derbi supone un orgullo especial, un sentimiento de pertenencia, el ilusionar a la afición. Pero, ¿cómo se afronta psicológicamente para poder dar tu mejor versión y que las expectativas no te abrumen y presionen a la hora de jugar?

ÁLVARO CALVO

CITA EN EL ALCORAZ Leandro Cabrera y Akapo en el derbi del pasado mes de febrero.

1 **¡Ojo con el exceso de emoción!** Es típico ante una final o un partido muy emotivo, utilizar vídeos de motivación que apelen a la garra o alos valores del club. Pero en un derbi o final, puede ser un arma de doble filo. El jugador ya está motivado, ya tiene un reto Un exceso de emotividad le puede bloquear. Reserva esas dinámicas para partidos en los que haya que despertar la competitividad.

2 **Cero presiones.** El jugador sabe bien la importancia del partido y el grado de responsabilidad que tiene. Es conocedor de las expectativas que están puestas en él y en el grupo. Añadir presión diciéndole que este es el momento más importante, que no se puede perder, que la afición lo espera todo, ssólo genera ansiedad. Y la ansiedad es precursora de los errores y del bloqueo mental.

3 **Disfruta y fluye.** El profesional soñaba de pequeño, cuando jugaba en el patio del colegio, con disputar un derbi. Los estudios demuestran que hay relación directa entre la capacidad de fluir y disfrutar y el éxito y el rendimiento. Disfrutar supone estar pendiente del aquí, del ahora, fusionarte con el momento, sentir cada golpeo, cada carrera, tus regates y de meterte de lleno en el juego a través de tus sensaciones y de tus pensamientos.

4 **Déjate llevar por lo que sientes**. No planifiques tanto, no analices. Cuando alguien disfruta y está en su pleno rendimiento, no piensa, solo se deja llevar por su talento. Tú eres bueno y lo sabes. Existe en psicología un término que es parálisis por análisis. Así que, menos pensar y más disfrutar.

5 **Visualiza tu partido.** Visualizar supone crear experiencias mentales. Es una forma de simulación. Cuanto más se repite una secuencia mental, más se entrenan las neuronas, se archiva en la memoria y crea patrones de ejecución que acaban por ejecutarse en el partido real. Puedes visualizarte jugando, sintiéndote seguro, suelto, con buenas sensaciones, comunicándote y disfrutando.

Hagas lo que hagas estará bien, cumplirás las expectativas. No te metas presión ante una situación que requiere disfrute, control y serenidad.