

# Entrevista con Sebastián Cala: «El tenis es el deporte que, practicado regularmente, más extiende la vida de una persona»

Tuvimos el placer de entrevistar a **Sebastián Cala**, entrenador de tenis de alto rendimiento, periodista y YouTuber. Actualmente se encuentra entrenando al **equipo nacional del Reino de Baréin** (Oriente Medio), tiene su **propia academia** de alto rendimiento en **Cuenca, Ecuador** (**Cala Tennis Academy**) e informa de tenis en **Coach Cala Tv** (YouTube).

Tal como relatara a la Asociación Argentina de Profesores (APyETA), su **vocación** por el tenis **comenzó a sus tres años** de edad, **leyendo las notas de Gabriela Sabatini, Guillermo Vilas y otros en “El Gráfico”**. Nació en Barranqueras, pequeña ciudad cercana a la capital del Chaco, donde prácticamente no se jugaba al tenis.

Sebastián no tuvo influencias tenísticas dentro de su familia por lo que su **camino** fue **dirigido** pura y exclusivamente **por su pasión, sin ayuda alguna**. A los 14 años nacieron sus ganas de competir, pero no contaba con medios suficientes para sostener la costosa carrera de un tenista. Comenzó a dar clases para pagar sus propios entrenamientos, y paulatinamente desplegó una exitosa carrera como entrenador que se mantiene hasta el día de hoy. La pasión siempre estuvo latente en su vida, y ese amor por el tenis terminó dando sus frutos.



*Entrenando a uno de sus alumnos (Febrero de 2019).*

En el anochecer de Baréin, el Coach nos da su punto de vista sobre varias cuestiones relativas al tenis. A continuación, sus palabras:

– ¿Cuáles son las condiciones que encontrás en un joven tenista que te dicen “va a ser un gran campeón”?

– ***“Con respecto a lo que he visto en jugadores jóvenes que me han hecho pensar que podían llegar, principalmente lo que sea la voluntad y la curiosidad, lo podríamos resumir. Me ha tocado trabajar con chicos que hoy, por ejemplo, uno de ellos está en el cuadro principal de Wimbledon junior. Yo lo entrenaba cuando tenía unos 11 años y le comentaba a todos. Me parece que el único que va a llegar y junto con otro más, con uno solo más, es este chico. Porque tiene mucha voluntad, trabaja mucho, es muy curioso y sobre todo hace preguntas de tenis. Me ha tocado trabajar con un montón de chicos súper talentosos que jamás en dos, tres, cuatro años te hacían una pregunta técnica, no te mandaban un mensaje de texto diciendo esto, diciendo lo otro, mandándote un partido...”***

***Creo que esas características son súper importantes: voluntad y curiosidad. La curiosidad para querer aprender, y la voluntad para trabajar cuando no se tiene ganas de trabajar, básicamente. Tener un objetivo que haga que el día que estás***

***cansado, que el día que no tenés ganas, que el día que te duele todo, puedas salir a entrenar igual. Seguramente si tenés una buena guía, tenés buena voluntad y curiosidad y ganas de aprender, seguramente, como mínimo, vas a ser muy bueno. Si vas a llegar o no vas a llegar a ser un gran campeón, depende de muchas cosas, porque este es un deporte muy complicado y competitivo”.***



***Festejando el triunfo de sus alumnos.***

***– ¿Cuáles son las cualidades más importantes en un entrenador de tenis?***

***– “Considero que es súper importante que puedan empatizar de alguna manera los objetivos del jugador. Y que sea, sobre todo, adaptable a las necesidades de cada uno, porque si uno tiene un estilo, que está muy bien tenerlo, o un programa, o una manera de entrenar, pero nadie se puede adaptar, o nadie entiende tu manera de entrenar por más buena que pueda llegar a ser, no vas a tener resultados. Por lo tanto, me parece que es súper importante que uno se pueda adaptar y pueda amoldar su filosofía a la personalidad de cada jugador. Eso es súper***

*importante. Todos necesitan cosas diferentes. Algunos necesitan que le hablen todo el tiempo, otros que le digan lo justo y necesario. Algunos necesitan ser presionados, y otros necesitan simplemente que se los escuche. Así que yo creo que la adaptabilidad, profesionalismo, y empatizar con el jugador".*

– ¿Quiénes son las personas que más influyen en tu vida tenística?

– *"Si hablamos de gente cercana y conocida, te diría que ninguna, simplemente yo. En mi familia no hay ningún tenista, no recibí colaboración de absolutamente nadie a lo largo de toda mi carrera. Después hay jugadores que he admirado: la historia de Guillermo Vilas, Gabriela Sabatini, fue la primera que seguí. Eso es lo que te podría decir, pero no tengo un mentor que me haya ayudado en la carrera, para nada".*

– ¿Qué le dirías a aquel que está en duda de si empezar a jugar al tenis (nivel principiante)?

– *"Al que está en duda, le diría que es muy difícil encontrar un deporte con tantas características buenas como el tenis. Incluso se ha demostrado en estudios médicos que es el deporte que practicado regularmente, es el que más extiende la vida de una persona. Eso está comprobado científicamente, más allá de todos los demás beneficios que trae este deporte. Así que yo creo que es un deporte súper bueno en cuanto a lo mental, en cuanto a lo físico. Y a mí sobre todo me ayuda mucho en cuanto a enfocarme, a aliviar tensiones. Llegar a un nivel competitivo también ayuda mucho a ser una persona mucho más ordenada, creo que no hay ángulo por donde pegarle al tenis. Es un deporte súper completo en lo mental y en lo físico".*

Agradecemos a Sebastián por su amabilidad para con Passing Shot. Les dejamos sus redes sociales para que mejoren su tenis y conozcan más del mejor deporte del mundo:

**YouTube:** <https://www.youtube.com/user/juansebastiancala/videos>

**Instagram:**

<https://www.instagram.com/sebastian.cala.tenis/?hl=es-la>

**Twitter:**

[https://twitter.com/SebastianCala?ref\\_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwc%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor](https://twitter.com/SebastianCala?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwc%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor)

Visitas: 29292