TENIS ZAWODNICZY, WOKÓŁ KORTU

Emma Raducanu. Piękna i fenomenalna, ale…

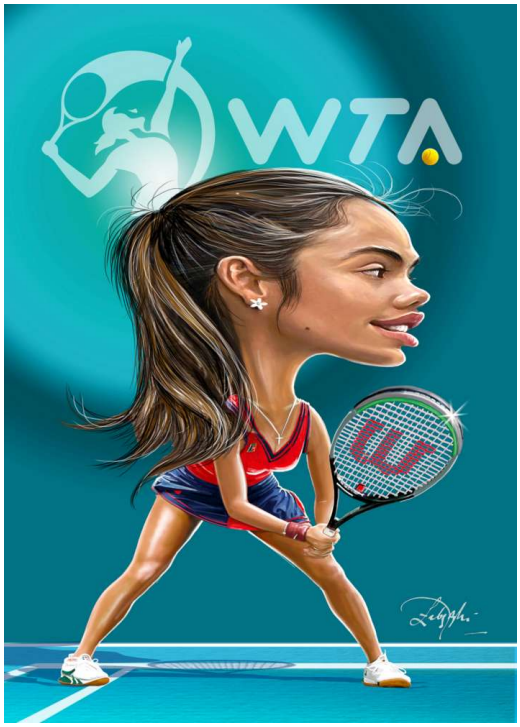
maciej · 2 marca, 2024



W grudniu Emma Raducanu wróciła do touru po ośmiomiesięcznej przerwie. Była ona spowodowana operacjami nadgarstków i kostki . Come back był słaby w jej wykonaniu. Szybkie porażki w Auckland, Melbourne, Abu Zabi i ostatnia, bardzo bolesna w Doha z Anheliną Kalininą w pierwszej rundzie. Brytyjka postanowiła wziąć wolne i dobrze przygotować się do kolejnych startów. Chce zagrać w marcu w Indian Wells i Miami, ale będzie musiała zaczynać od kwalifikacji w obu tysięcznikach albo liczyć na „dzikie karty" od organizatorów. Raducanu jako 18-latka i pierwsza w historii kwalifikantka wygrała turniej wielkoszlemowy – US Open 2021. Rok później była 10. w rankingu WTA. Dzięki

sukcesowi i nieprzeciętnej urodzie znalazła się w czołówce sportowców o najwyższej wartości marketingowej. Trenerów zmienia jak rękawiczki. Kontuzje łapie równie często. Dzisiaj jest, niestety, po operacjach i poza setką światowego rankingu.

Emma Raducanu dysponuje wspaniałą techniką. Podczas US Open 2021 bardzo sprawnie poruszała się po korcie. Prezentuje tenis przyszłościowy, ale jak na razie nie wydaje się on być ugruntowany. Wiele na to wskazuje, że triumf w Nowym Jorku może być jednorazowym wyskokiem, ale nie zapominajmy, iż ona ma dopiero 20 lat i mnóstwo czasu na powrót do światowej czołówki – mówi Joanna Sakowicz-Kostecka, była polska tenisistka i komentatorka Canal+.



Emma Raducanu widziana okiem znanego artysty i karykaturzysty Dariusza Łabędzkiego, współpracownika „Tenis Magazynu”.

Amerykański sen w pokoju numer 1600

Kiedy 18-latka, notowana wówczas na 150. pozycji w światowym rankingu WTA, wynajęła pokój nr 1600 w hotelu The Peninsula przy Piątej Alei

na Manhattanie, nawet nie śniła, że spędzi w nim trzy tygodnie. Tyle trwają eliminacje oraz turniej główny wielkoszlemowego US Open. Przypomnijmy, że w trzech pojedynkach kwalifikacji na kortach w Nowym Jorku Emma Raducanu pokonała kolejno: Bibianę Schoofs (Holandia, 285. WTA) 6:1, 6:2, Mariam Bolkvadze (Gruzja, 167.) 6:3, 7:5 i Mayar Sherif (Egipt, 96.) 6:1, 6:4.

Awans do głównej drabinki w debiucie w US Open to już całkiem dobre osiągnięcie. Ale dla urodzonej w Toronto Emmy amerykański sen trwał nadal. W kolejnych pojedynkach Raducanu zwyciężyła: Stefanie Voegele (Szwajcaria, 128.) 6:2, 6:3, Shuai Zhang (Chiny, 49.) 6:2, 6:4, Sarę Sorribes Tormo (Hiszpania, 41.) 6:0, 6:1, Shelby Rogers (USA, 43.) 6:2, 6:1, Belindę Bencic (Szwajcaria, 12.) 6:3, 6:4, Marię Sakkari (Grecja, 18.) 6:1, 6:4 i w finale swoją rówieśniczkę – Leylah Fernandez (Kanada, 73.) 6:4, 6:3. Był to pierwszy od 1999 roku finał US Open z udziałem tak młodych tenisistek. Wówczas to 17-letnia Serena Williams pokonała o rok starszą Martinę Hingis.

Emma Raducanu została pierwszą w Erze Open (od 1968 roku) tenisistką, która wygrała turniej wielkoszlemowy, przechodząc wcześniej przez eliminacje. W swoim debiucie na Flushing Meadows w drodze po końcowe zwycięstwo nie straciła seta, czego ostatnio dokonała Serena Williams w 2014 roku. Za triumf w Nowym Jorku otrzymała czek na 2,5 miliona USD, a w światowym rankingu awansowała na 23. pozycję, czyli o 332 miejsca wyżej, niż była na początku 2021 roku. Nie obyło się też od gratulacji od samej królowej Elżbiety II.

Podróżuję nawet z własnym spieniaczem do mleka

– Emma Raducanu po sukcesie w Nowym Jorku podkreślała, że cieszy się z faktu, jak dobrze potrafiła utrzymać wówczas koncentrację na korcie, poprzez odpowiednie zarządzanie myślami. Wtedy liczył się dla niej najbliższy mecz czy też następna piłka. Brytyjka wypracowała w sobie

umiejętność dystansowania się od zewnętrznych dystraktorów (wszystko co dekoncentruje i nie pozwala się skupić – przyp. red.).

– Pytanie, jak bardzo ją trenowała po wrześniu 2021 roku? – zawiesza pytanie Michał Krogulec, trener mentalny.

– Kiedy wygrałam w Nowym Jorku, w hotelu przenieśli mnie do Peninsula Suite. Szczerze mówiąc, ten pokój jest niesamowity! Ale moją ulubioną rzeczą w każdym hotelu jest śniadanie. Może to banalne, ale ja zawsze wybieram tosty z awokado z wędzonym łososiem i jajkami z grillowanymi grzybami. Ostatnio spróbowałam do tego połączenia pieczonej papryki, rozgniecionego awokado, łososia i pesto na grzance. Było rewelacyjne. Kocham też kawę. Nie piję jej nawet dla kofeiny, tylko dla smaku i zapachu. Moje główne zamówienie to cappuccino z mleka sojowego z dodatkową pianką. Piana jest najważniejszą częścią. Podróżuję nawet z własnym spieniaczem do mleka – mówiła Emma Raducanu, która wymienia Nowy Jork wśród swoich ulubionych miast, obok m.in. Singapuru czy Seulu.



– Uwielbiam ciężko pracować, nieważne, czy to szkoła, czy tenis, po prostu uwielbiam uczucie, kiedy daję z siebie wszystko – mówi Emma Raducanu. Fot. www.depositphotos.com

Start w US Open był wtedy drugim w jej karierze turniejem wielkoszlemowym, bo Emma Raducanu zadebiutowała podczas Wimbledonu 2021, będąc 338. w rankingu WTA. Już tam zwróciła opinię niektórych obserwatorów, bo grając w turnieju głównym dzięki tzw. dzikiej karcie, osiągnęła 4. rundę (1/8 finału). W pojedynku o ćwierćfinał z Ajlą Tomljanovic skreczowała, mając problemy z oddychaniem i mdłości.

Kiedy myślisz, że osiągnąłeś swój limit, potem naciskasz trochę mocniej

Jeszcze przed triumfem na US Open opisywano ją jako „brytyjską tenisistkę o największym potencjale swojego pokolenia". No i spełniło się – Raducanu została przecież pierwszą Brytyjką (o zawiłych korzeniach, o czym poniżej), która zdobyła tytuł Wielkiego Szlema w grze pojedynczej od czasu Virginii Wade na Wimbledonie w 1977 roku!

Była najlepsza tenisistka na Wyspach Anne Keothavong uważa, że jej sztandarowym uderzeniem jest oburęczny bekhend, który opisała jako „klasy światowej". Oczywiście Raducanu dysponuje też silnym forhendem, chociaż bardziej niestabilnym niż jej bekhend. Stara się uderzać piłkę z wyprzedzeniem, agresywnie, ale potrafi też zaskoczyć skutecznym dropszotem. Atutem w grze tej tenisistki jest też serwis, i to zarówno pierwsze (nawet do 180 km/h), jak i drugie podanie (ok. 150 km/h). Na korcie jest szybka, ma dobrą pracę nóg oraz antycypację.

Sama Emma tak opisuje swoją miłość do tenisa: – Uwielbiam ciężko pracować, nieważne, czy to szkoła, czy tenis, po prostu uwielbiam uczucie, kiedy daję z siebie wszystko. To uczucie, kiedy myślisz, że osiągnęłaś swój limit, a potem naciskasz trochę mocniej. Zyski, które otrzymujesz, są tak bardzo tego warte. Daje mi to satysfakcję. No i napięcie, adrenalina… To uzależnia…

W innych wypowiedziach Raducanu daje się poznać jako postać zwracająca uwagę na przygotowanie mentalne. – Z powodzeniem odszukamy jej słowa na temat zdrowych nawyków w odżywaniu, motywacji, budowania pewności siebie, koncentracji i lekcji z niepowodzeń. Z przygotowaniem głowy jest jednak jak z trenowaniem mięśni na siłowni. Tylko systematyczna praca doprowadzi nas do celu – mówi Michał Krogulec.

Mówi po mandaryńsku, rumuńsku i angielsku



Swój pierwszy turniej rangi ITF do lat 18 wygrała w dniu... 13. urodzin.
Fot. www.depositphotos.com

Emma Raducanu, urodzona 13 listopada 2002 roku w Toronto, przygodę z tenisem rozpoczęła w wieku 5 lat. Trzy lata po tym, jak jej rodzice (Ion Raducanu z Rumunii i Renee Zhai Dongmei z Chin) postanowili przenieść się do Bromley w Anglii (jest fanką piłkarskiego Tottenhamu). Stąd, mówiąca po mandaryńsku i po rumuńsku Emma, posiada zarówno obywatelstwo brytyjskie, jak i kanadyjskie. Jako dziecko uprawiała mnóstwo innych sportów (koszykówkę, golf, karting, motocross,

narciarstwo, jazdę konną) oraz balet. Szkoły nie zaniedbywała, ba! na maturze uzyskała piątkę z matematyki oraz z ekonomii. – Mimo że jestem po maturze, to lubię utrzymywać swój mózg w ruchu. Dużo czytam, zwłaszcza w wannie – mówi Emma, która uwielbia też wyścigi F1.

Swój pierwszy turniej rangi ITF do lat 18 wygrała w dniu… 13. urodzin. Potem przyszły kolejne triumfy w zawodach tej rangi. Podczas juniorskiego Wimbledonu i US Open w 2018 roku osiągnęła ćwierćfinał. Pod koniec kwietnia 2021 roku rozpoczęła treningi pod okiem Nigela Searsa, by w czerwcu zadebiutować w WTA Tour, dzięki dzikiej karcie. Jednak w Nottingham odpadła w 1. rundzie. Potem przyszedł wspominany już, udany debiut na Wimbledonie. Przed opisywanym już triumfem podczas US Open, dotarła do finału turnieju WTA w Chicago.



Zjazd w dół, zmiany trenerów oraz kontuzje

Już pomiędzy debiutem na Wimbledonie a kolejnym turniejami US Open zmieniła trenera z Searsa na Andrew Richardsona. Jeszcze bardziej zaszokowała wszystkich, gdy niecałe dwa tygodnie po zwycięstwie w US Open postanowiła nie przedłużać umowy z Richardsonem. Podczas październikowego turnieju w Indian Wells, gdzie odpadła w pierwszym pojedynku, opiekował się nią Jeremy Bates. Z kolei pod koniec 2021 roku, który zakończyła na 19. miejscu na świecie, zatrudniła kolejnego trenera – tym razem padło na Torbena Beltza.

Rok 2022 rozpoczęła od zdobycia… jednego gema w spotkaniu z Jeleną Rybakiną w Sydney. W kolejnych turniejach osiągała maksymalnie 2. rundę. A to skreczowała na korcie, a to głosiła, że musi wycofać się z powodu kontuzji. W kadrze Wielkiej Brytanii zadebiutowała w rozgrywkach Billie Jean King Cup. W końcu osiągnęła ćwierćfinał turnieju

WTA 500 w Stuttgarcie, ale trafiła tam na Igę Świątek (4:6, 4:6). Oczywiście znów ogłosiła zmianę trenera, tym razem w jej sztabie znaleźli się: Louis Cayer, Raymond Sarmiento i Iain Bates. Niestety, dobre rezultaty nie poszły za tymi zmianami. Pojawiały się kolejne urazy. Mimo to, że tylko ciułała punkty, to 11 lipca 2022 roku pojawiła się na 10. pozycji na liście WTA.

Operacje kostki i nadgarstków

Efektownie wyglądały jej dwa pierwsze pojedynki w Cincinnati, gdzie pokonała Serenę Williams 6:4, 6:0, a potem Wiktorię Azarenkę 6:0, 6:2. Odpadła w 3. rundzie z Jessicą Pegulą. Po tym, jak uległa Alize Cornet w Nowym Jorku, została trzecią tenisistką w historii US Open, która przegrała mecz otwarcia w rok po zdobyciu tytułu. W konsekwencji nieobronionych punktów sprzed roku, wypadła poza pierwszą 80. rankingu WTA. Krótka historia z nowym trenerem, Dmitrijem Tursunowem też dobiegła końca, a do sztabu dołączył fitness coach Jez Green. We wrześniu osiągnęła półfinał w Seulu, wygrywając w ćwierćfinale z Magdą Linette 6:2, 6:2. A rok zakończyła kontuzją nadgarstka.

Obecny rozpoczęła, a jakże, od… zmiany trenera. Na próbę zaczęła współpracę z Sebastianem Sachsem. Początki były kiepskie – kolejny uraz, tym razem kostki. Później zapalenie migdałków i znów ponowne problemy z nadgarstkiem. Przebłysk nastąpił w Indian Wells, gdzie w 1/8 finału zatrzymała ją Iga Świątek (6:3, 6:1). Wcześniej Raducanu wygrała z Magdą Linette (7:6, 6:3). Potem mistrzyni US Open z 2021 roku pojawiła się jeszcze w Miami i Stuttgarcie, ale kończyła na 1. rundzie. Następnie wycofała się z turnieju w Madrycie i w końcu zdecydowała się na operację kostki oraz obu nadgarstków.

Takie podejście bardzo szybko się mści

– Zmiany trenerów na pewno nie pomogły w wynikach. Tak częste rotacje w sztabie pokazują, że Emma i jej otoczenie nie jest nastawione

na długotrwałą oraz mozolną, nawet kilkuletnią pracę, tylko liczą na błyskawiczne rezultaty. Takie podejście w sporcie bardzo szybko się mści – uważa Joanna Sakowicz-Kostecka.

– Częsta zmiana trenerów przez zawodnika prowadzi go do dialogu z własnym wewnętrznym krytykiem-głosem. Rodzą się wówczas w głowie sportowca komunikaty typu: „ten trener jest taki a taki”; „muszę zmienić trenera”; „lubię tego trenera za to, ale nie lubię za tamto”. Dla zobrazowania sytuacji: głowa w takich momentach działa jak betoniarka na budowie – non stop pracuje. Inaczej mówiąc: natłok wielu myśli utrudnia dostęp do kreatywności podczas gry, odwagi w podejmowaniu decyzji oraz sprawczości – mówi Michał Krogulec, trener mentalny.

– Jednoznacznie nie stwierdzę, na ile częste zmiany trenerów miały negatywny wpływ na późniejsze wyniki Emmy Radacanu, bo w sporcie wiele zmiennych decyduje o rezultacie, a jedną z nich jest praca z trenerem w oparciu o cele długoterminowe. Co chciałaby osiągnąć Brytyjka po pracy z danym szkoleniowcem przez na przykład rok? Ciekawi mnie odpowiedź! – zapytuje Michał Krogulec.

200 kg – to zbyt dużo dla młodej dziewczyny

Poszukajmy zatem jeszcze odpowiedzi na pytanie, co może mieć wpływ na to, że tak często w swojej krótkiej karierze Emma Raducanu łapała najróżniejsze kontuzje?

– Nie wiem dokładnie, jak trenuje Emma, ale zaniepokoił mnie filmik, jaki jakiś czas temu opublikowała w swoich mediach społecznościowych. Wykonuje na nim ćwiczenie, tzw. hip thrust z obciążeniem ok. 200 kg. To jest gigantyczna wartość, której nie powstydziliby się mężczyźni. Nie wiem, na podstawie jakich przesłanek dobrano ciężar, ale to było z pewnością zbyt dużo, jak dla tak młodej dziewczyny. Filmik ten miał też udowodnić, że ciężko trenuje. Zrobiono więc coś pod publiczkę, przy okazji ujawniając, że Emma nie ma wokół siebie osób do końca kompetentnych.

Kontuzje najczęściej biorą się z przetrenowania, złego doboru obciążeń, ale również braku odpowiedniej regeneracji – komentuje Joanna Sakowicz-Kostecka.

– Popatrzmy jednak na istotne fakty w jej karierze po sukcesie w US Open: częste zmiany trenerów i problemy ze zdrowiem, które ostatecznie zakończyły się operacją w maju tego roku. Jeśli połączymy ze sobą dwa wspomniane czynniki, to w głowie będą narastać wątpliwości, a te pociągną za sobą naturalny wzrost stresu. A ten permanentny może wpływać na pogorszenie gry i pojawienie się kontuzji – wyjaśnia Michał Krogulec.

– Patrząc na zamieszczone przez Brytyjkę wideo na Instagramie w lipcu 2022 roku, gdzie widzimy pracującą nad zwinnością i siłą tenisistkę, a to wszystko okraszone podpisem „krok po kroku”, zaryzykuję stwierdzenie, że niedługo ponownie będziemy mogli zobaczyć nowy film, w podobnym stylu. Oby nagrany z wiarą i w poczuciu własnej skuteczności, pozbawiony myśli: „znowu zaczynam od nowa”, bo ta może utrudniać powrót po kontuzji – podsumowuje Michał Krogulec.

Prof. Jan Blecharz: mistrzem sportowym nie zostaje się w pojedynkę



Emma Raducanu niebotyczne pieniądze zarabia za to poza kortem na lukratywnych kontraktach reklamowych. Fot. Archiwum prywatne E. Raducanu

Przez tak krótki okres kariery Emma Raducanu zarobiła na korcie zaledwie 3 776 535 USD, z czego 2,5 mln za zwycięstwo podczas US Open dwa lata temu. Niebotyczne pieniądze zarabia za to poza kortem na lukratywnych kontraktach reklamowych. Jej atrakcyjny wygląd i popularność po sukcesie w Nowym Jorku sprawiły, że jej wartość marketingowa gwałtownie wzrosła. Po turnieju US Open 2021 Emma została ambasadorem wielu uznanych na świecie i ekskluzywnych marek: Tiffany & Co., Dior, British Airways, Evian, Vodafone, Porsche, HSBC. Czy to też nie wpłynęło negatywnie na rozwój talentu młodej tenisistki (vide Anna Kurnikowa)?

– Oczywiście. Jak wspomniałam wcześniej, w procesie szkoleniowym niezwykle ważna jest regeneracja, a kiedy znaleźć czas na odpoczynek przy takiej liczbie zobowiązań sponsorskich? Wydaje mi się, że zadziałała tutaj chęć skorzystania ze wszystkich atrakcyjnych ofert, w myśl zasady, że kolejna szansa może się już nie trafić – podsumowuje Joanna Sakowicz-Kostecka.

– Jak wygrywasz, jesteś w kręgu zainteresowań kibiców, mediów i sponsorów. Sypią się propozycje. Od sportowca zależy, którą przyjmie, bo współgra z jego tożsamością, a którą odrzuci, bo zaprzecza wyznawanym przez niego wartościom. Dobry wybór wpłynie pozytywnie na wewnętrzny spokój, potrzebny przy odnoszeniu zwycięstw – mówi Michał Krogulec i dodaje: – Sportowiec, również młody jak Emma Raducanu, to dzisiaj jednoosobowa korporacja, w której należy stworzyć wokół siebie grono zaufanych osób. Prof. Jan Blecharz (niegdyś psycholog Adama Małysza, dziś lekkoatletów – przyp. red.) powiedział pięknie: „mistrzem sportowym nie zostaje się w pojedynkę”. I tyczy się to również sportów takich jak tenis. Pomimo że przez szklany ekran przebija się przede wszystkim samotna walka pojedynczego zawodnika. Tenis ma trochę ze sportu drużynowego, choć rzadko widzimy to obserwując

mecz.

Paweł Pluta

Fot. www.depositphotos.com

Czytaj online i udostępnij:
https://tenismagazyn.pl/emma-raducanu-piekna-i-fenomenalna-ale/