



Naš najbolji bokser i vlasnik laskave titule šampiona Evrope u verziji WBO, Nenad Borovčanin, završio je još jedan tronedeljni ciklus u okviru priprema za odbranu titule, meč koji je zakazan za 23. decembar 2011.

u Novom Sadu - Spens. Nenadu je boravak u hotelu "Merkur" u Vrnjačkoj Banji bio višestruko koristan. Imao je vrhunske uslove koji su obuhvatili rad u hali, fitnes, welnes i spa centar. Pored toga imao je na raspolaganju nutricionistu, fizioterapeuta, ekonomu, redovanu lekarsku pažnju koja je uključivala svakodnevno praćenje zdravstvenog stanja, kao i fizičkih parametara na osnovu kojih je pravljen plan kondicionog opterećenja za svaki naredni dan.

- Zahvaljujući posebnoj brizi svih ljudi, kao i ljubaznog osoblja hotela "Merkur" ovaj deo priprema prošao je izuzetno uspešno i na zadovoljstvo svih koji se nalaze u mom stručnom štabu – rekao je Nenad Borovčanin na odlasku iz Vrnjačke Banje

Naš bokserski šampion ističe da je jedan dan priprema u našoj najpoznatijoj banji odvojio da dođe u Beograd i obavi kompletno testiranje u Republičkom zavodu za sport.

- Rađeni su biohemijski testovi, test opterećenja uz određivanje anaerobnog praga i anaerobne zone treninga, zatim potrošnja kiseonika i laktata, kao i testovi na najnovijem izokinetičkom dinamometru. Svi ti testovi su pokazali visok stepen pripremljenosti za ovaj period. Na osnovu tih testova i rezultata napravljen je plan priprema za naredni period do meča.

Naravno, sve vreme priprema u Vrnjačkoj Banji, baš kao i na Jahorini, sa Nenadom su boravili i ostali članovi "Balkan boksing kluba" Milan Piperski, Zvezdan Vidaković, Mane Marčeta, a sve je nadgledao i kontrolisao trener Miroslav Borovčanin.

Od ponedeljka ceo kamp će se preseliti u Beograd gde će na Košutnjaku nastaviti s pripremanama. Taj ciklus u trajanju od 21 dan biće podređen sparingu, a posle ostaje jedna nedelja rada na tehničko- taktičkoj pripremi, uz kombinaciju rada na psihološkom planu.

- Veoma sam zadovoljan odrađenim pripremanama do sada, prvo onih bazičnih koje su kompletno bile sprovedene na Jahorini, u hotelu "Vučko", a zatim isto tako uspešan deo, kao što sam već rekao bio je i u Vrnjačkoj Banji. Sada ostaje da ova dva ciklusa zaokružim ovde u Beogradu i spreman dočekam odbranu titule - rekao je Nenad Borovčanin.