

## Terceiro no ranking mundial, Hugo Calderano mira evolução física e lamenta calendário incerto

---

'Cheguei em um nível em que eu posso jogar para ganhar todas as competições', disse o mesa-tenista de 25 anos

Pedro Ramos, O Estado de S.Paulo

Se em 2021 Hugo Calderano teve um ano histórico com grandes recordes e a marca de ser o primeiro atleta sul-americano da história a ficar entre os três melhores do mundo da Federação Internacional de Tênis de Mesa (ITTF), o mesa-tenista agora quer mais. Atrás apenas dos chineses Faz Zhendong, campeão mundial, e Ma Long, bicampeão olímpico, Calderano mira subir de nível. Para isso, tem focado em uma melhor preparação física.

"Acho que isso vai fazer eu atingir um novo patamar, um nível mais alto ainda. Meu nível mental e técnico estão bem altos. O físico também, mas ainda tenho bastante a melhorar. Tenho muita explosão e potência muscular, mas acho que preciso fortalecer mais os músculos para ajudar ainda mais na prevenção de lesões e conseguir manter uma regularidade ainda maior durante um jogo", explicou o mesa-tenista de 25 anos.

"Como meu jogo é muito intenso e agressivo, eu exijo muito do meu físico. Por isso, preciso estar bem preparado para manter esse nível por uma, duas horas se necessário".

A definição de metas tem sido um foco constante na carreira de Calderano. Mais visado depois dos grandes resultados, ganhou ainda mais confiança para focar em títulos nos torneios que disputa. "Cheguei em um nível em que eu posso jogar para ganhar todas as competições. Antes, na maioria, eu ia para os campeonatos internacionais pensando em fazer o melhor, mas sem a mentalidade realmente de 'esse eu vou ganhar'", disse Calderano, que lamentou os problemas de calendário deste ano.

“Desde que a covid começou, a Federação Internacional não tem um calendário fixo. É muito difícil poder planejar os campeonatos e se preparar. Então não sabemos qual vai ser a próxima competição e isso é muito difícil para o atleta”.

### **Desafio Brasil x França, no Rio**

Enquanto isso, Calderano tem presença confirmada no “Desafio Brasil x França”, que será realizado a partir de 7 de maio, na Arena Carioca I, no Parque Olímpico da Barra da Tijuca, no Rio de Janeiro.

Estarão presentes além de Hugo, os brasileiros Vitor Ishiy (53º no ranking mundial) e Eric Jouti (83º), além dos franceses Simon Gauzy (21º), Alexis Lebrun (214º no sênior e 1º no sub-19) e Can Akkuzu (77º). Lebrun e Akkuzu têm participado de treinamentos com atletas brasileiros, em São Caetano.

“Dois dos franceses que vão competir neste torneio treinam com a gente lá na Alemanha. Somos amigos, nos conhecemos bastante. Acho que eles estão gostando dos treinos aqui em São Caetano. Eles conseguem colocar bastante intensidade no treino. O desafio vai ser bem legal para os dois lados. Já me falaram que pediram para ficar mais uma semana no Brasil depois dos treinamentos para poder passear. E já falei que pode deixar comigo para ser guia turístico (risos)”, brincou Calderano.

<https://esportes.estadao.com.br/noticias/geral,hugo-calderano-tenis-mesa-terceiro-ranking-mundial-campeonatos,70004044265>

**Veículo:** Online -> Portal -> Portal Estadão

**Seção:** Esportes