



# Visite du capitaine de l'équipe de volley-ball du Stade Poitevin

publié le 27/06/2023

Sergio Noda, joueur de volleyball hispano-cubain et capitaine de l'équipe du Stade Poitevin a rendu visite à la classe de 5ème F mardi 20 juin pendant le cours d'espagnol. Les élèves avaient préparé des questions pour en savoir plus sur lui et son métier. Voici l'article qu'ils ont écrit suite à sa venue.

## Descriptif :

Sergio Noda, joueur de volleyball hispano-cubain et capitaine de l'équipe du Stade Poitevin a rendu visite à la classe de 5ème F mardi 20 juin pendant le cours d'espagnol. Les élèves avaient préparé des questions pour en savoir plus sur lui et son métier. Voici l'article qu'ils ont écrit suite à sa venue.

## SERGIO NODA, UN DEPORTISTA DE ALTO NIVEL

### Una vida profesional internacional.

Sergio Noda Blanco es un jugador profesional de voleibol, capitán del equipo del Stade Poitevin. Nació en 1987 en Cuba. Su madre es cubana y su padre es español.

Empezó a jugar al voleibol a los ocho años. Jugaba en el patio de su escuela en Cuba. Juega al fútbol desde hace 28 años. A los 15 años se fue a vivir a España con su familia porque la situación económica del país es muy difícil en Cuba.

Ha jugado en la selección española, en Italia, Polonia, Irán ...

Con el Stade Poitevin, juega más de 30 partidos oficiales al año, además de los partidos amistosos.

Con su equipo ha ganado la copa del Príncipe en Dubai en los Emiratos Arabes Unidos en abril.

Antes de un partido, puede sentirse nervioso, depende de la importancia del partido ; pero tiene mucha experiencia y para calmarse se habla a sí mismo.

### El trabajo de capitán.

Le gusta ser capitán de su equipo porque le gusta reunir a los jugadores de nacionalidades y culturas diferentes y crear un grupo fuerte. Para ser capitán, hay que mostrar el ejemplo, tener rigor de trabajo, ayudar y animar a los jugadores, darles consejos, adaptarse al equipo y a sus necesidades.

### La higiene de vida de un deportista profesional.

Para ser deportista profesional, hay que tener mucha disciplina.

Entrena seis o siete horas al día. Hace musculación. Para mantenerse en forma hace musculación, ciclismo, natación, pero no puede practicar fuerte porque no debe lesionarse.

Por la mañana, come cereales, un bocadillo de jamón y queso... Bebe café con leche y zumo natural. Desayuna media hora antes de entrenar. Cuida su alimentación, come sano (verduras, frutas, carnes blancas ...). No puede comer mucho antes de los partidos. Duerme bastante y hace la siesta.

### Algunos datos personales.

Sergio Noda tiene dos hijas. Tienen cuatro y siete años. No tiene mascotas porque viaja mucho. En su tiempo libre le gusta pasar tiempo con sus hijas, leer, ver una película. También le gusta ver otros deportes en la tele como el beisbol.

### Un jugador generoso.

Cuando viaja a su país natal, lleva consigo productos que hacen falta en Cuba como balones de voleibol, medicinas, material escolar ... para mejorar la vida difícil de los niños cubanos.



