



یکی از مشکلات فوتبال ایران در دهه‌های گذشته همین سبک فوتبالیست‌های ایرانی در تعطیلات بود. هرکدام بعد از بازگشت به باشگاه در اواسط تابستان، شکم‌دار شده بودند و هیکل‌شان از ریخت افتاده بود و نیاز بود شش هفته تمرینات بدنسازی

سخت پشت سر بگذارند. قبل‌ترها در فوتبال ایران تمرینات پیش‌فصل مساوی بود با تمرینات بدنسازی و به همین دلیل شاید هریان قدیمی حق داشتند بگویند چند هفته زمان می‌برد تا تیم به اوج برسد. ولی در فوتبال امروز چه؟ در حال حاضر در ایران هم

کم‌تر پیش می‌آید فوتبالیست‌های جوان بعد از تعطیلات تابستان فربه شوند و چاق. اما آیا تمرینات پیش‌فصل هم تا به همین حد از بدنسازی صرف، فاصله گرفته و این را در نظر گرفته که دوره و زمانه تغییر کرده و دیگر نیاز نیست مثل قدیم تمرین کرد؟