



PREMIUM

Adrián Dalmau traint in La Manga, Spanje. © Frank Zilver

Jacht van Dalmau op eerherstel bij FC Utrecht begint nu

Alles wijst erop dat FC Utrecht de tweede seizoenshelft kan starten met een blessurevrij, scorend wapen. Adrián Dalmau zegt klaar te zijn voor de competitiehervatting.

Tim Reedijk 07-01-20, 12:15

Misschien is het grootste verschil tussen FC Utrecht in de eerste en tweede seizoenshelft wel Adrián Dalmau (25). De Spanjaard speelde 280 eredivisieminuten in het eerste bedrijf, maar lijkt helemaal klaar te zijn voor het tweede gedeelte van het seizoen. De spits traint

bijna alles volle bak mee in La Manga en heeft nog elf dagen om helemaal wedstrijdfit te worden om de uitwedstrijd tegen PEC Zwolle te halen als potentiële basisklant.

Het was zo moeilijk voor me. Verschrikkelijk. Ik had nóóit blessures.

Al twijfelt hij er zelf niet over dat hij dan opgesteld kan worden. „Ik voel me goed, hetzelfde als de andere spelers. Ik ben klaar voor de tweede seizoenshelft. Ik ben niet bang op het veld en denk niet meer aan mijn blessures. Ik moet hard werken om in een goed ritme te komen en helemaal fit te zijn”, legt Dalmau uit in de luxueuze hotellobby van het Prince Philippe Hotel op het resort van La Manga Club.

Vier van de vijf trainingen die FC Utrecht afwerkte in Spanje deed Dalmau mee en dat biedt perspectief na zijn moeizame eerste seizoenshelft. Hij kwam niet fit binnen, kampte met drie afzonderlijke blessures gedurende zijn eerste zes maanden in de Domstad en zat maar sporadisch bij de selectie. Dat is ronduit teleurstellend voor iemand die met hoge verwachtingen binnenkwam bij de club. Tijdens de feestdagen was hij even op zijn geboorte-eiland Mallorca bij vrienden en familie en de jaarwisseling vierde Dalmau met zijn vriendin en ouders in Düsseldorf. Daaromheen trainde hij, terwijl de selectie winterstop vierde, op Sportcomplex Zoudenbalch om zo fit mogelijk in La Manga te verschijnen. Daar moet de basis worden gelegd om de bittere nasmaak van de eerste seizoenshelft definitief weg te spoelen.

Verschrikkelijk

„Ik wil de afgelopen maanden vergeten”, vervolgt de spits die deze zomer werd overgenomen van Heracles Almelo. „Het was zo moeilijk voor me. Verschrikkelijk. Ik had nóóit blessures. Deze maanden had ik er drie, bijna continu wel een. Die paar wedstrijden die ik kon spelen, deed ik het goed. Die laatste blessure was het pittigst. Anderhalve maand eruit na een tik op mijn enkel op de training. Het belangrijkste is dat die nu sterk en stabiel is.”

Dalmau zegt wel te hebben geleerd van deze periode. „Ik denk dat ik fouten heb gemaakt die ik niet nog een keer maak. Misschien kwam die enkelblessure wel omdat ik te moe was op de training. Ik was te laat en raakte geblesseerd. Je moet als je terugkomt van een blessure ook niet álles in je eerste dagen willen doen. Je moet je tijd pakken, zeker als je een paar maanden hebt verloren. Gelukkig start nu een nieuw gedeelte van het seizoen, het belangrijkste gedeelte. Ik wil zo veel mogelijk goals maken, belangrijke doelpunten. Liever twaalf belangrijke die punten opleveren dan vijftien onbelangrijke, bijvoorbeeld.”

Vrijdag wordt hij vermoedelijk voor het eerst getest tegen Bayer Leverkusen, als vrienden uit Valencia het plan hebben om naar La Manga komen om Dalmau te zien spelen. Of hij zijn hoge ambities in de tweede seizoenshelft kan waarmaken, moet blijken. Deze week kan hij in het ritme raken in voor hem ideale omstandigheden. En waar kan dat beter dan onder ‘zijn’ Spaanse zon?