REAL MADRID

La reinvención de Marc Cucalón: “Mi retirada obligada del Madrid fue el interruptor de este sueño”

Una bacteria le retiró de los terrenos de juego, pero no del fútbol. Tras colgar las botas en La Fábrica, Marc lidera ‘Alpha Sport 360’, “una forma de devolver lo aprendido”.

Una bacteria retira al prometedor Marc Cucalón tras 796 días de calvario
Diario As

2:11



Fernando S. Tavero
Redactor de la sección del Real Madrid
Sobre el autor

Actualizado a 14 de octubre de 2025 08:37 CEST

“No puedo estar toda la vida pensando... ¿Por qué a mí?“. Y no lo ha hecho. No es la filosofía de vida de **Marc Cucalón**. No lo era en el campo, tampoco fuera de él. La entrada que le cambió la vida en Glasgow ocurrió a los 17 años. En un partido de la Youth. Ahí le comparaban con Xabi Alonso y llevaba el brazalete en **un equipo con Nico Paz, Gonzalo, Chema Andrés, Jacobo, Palacios**... Luchó y luchó, para donde el talento y el trabajo le impulsaba, pero el destino tuvo otros planes. **Una bacteria, una infección “rara”, le retiró de los terrenos de juego tras 796 días de lucha**. Pero no del fútbol. **“Fue el interruptor para un proyecto que ya me rondaba la cabeza hace tiempo”**, explica Marc en AS. Apenas un año después de aquella carta, ha encendido esa luz a su “sueño”. **Alpha Sport 360** está en marcha.



retirada anticipada fue la señal, la luz verde. El objetivo es **formar y preparar niños y niñas** desde las primeras categorías del fútbol base para que, si se dan las circunstancias, puedan vivir lo mismo que yo. Y **llegar incluso más lejos de lo que la lesión me permitió a mí**”.

Real Madrid
España
Noticias | Estadísticas

Y el resultado es **un programa de tecnificación y salud deportiva** llamado **‘Fútbol 360’**. Que comienza en Zaragoza. Con CD Valdefierro, San Gregorio Arrabal CD , CD Alfajarín y CD Huracán para cortar la cinta (el primer curso se extenderá de octubre a junio). Y de ahí, al mundo.

“Transformar una experiencia dolorosa”

Un proyecto que demuestra que lo que hoy duele, mañana te empuja. “Lo que queremos es transformar una experiencia dolorosa o limitante en una visión más amplia del fútbol y del deporte en general. Para mí, **es una forma de devolver y compartir lo aprendido, de ayudar a otros a crecer.** No solo como deportistas, sino como personas. Motivado y alentado por las sugerencias de antiguos entrenadores y compañeros que ahora están en la élite”. **“¡Están convencidos de que sería un gran entrenador!“**, ríe. Y contextualiza: ”Así que decidí darle una vuelta y ponerme al otro lado. En el lado que enseña y acompaña".

“Arbeloa, Raúl, Xabi, Álvaro Benito...”

Y ese aprendizaje del que Marc habla, es mucho: “Las enseñanzas de entrenadores como **Arbeloa, Raúl, Xabi Alonso, Álvaro Benito, Zidane o Ancelotti** son incalculables. Y además de lo interiorizado en lo futbolístico, me quedo con los valores que me han inculcado en lo personal. Ellos como técnicos y el Real Madrid como club. Ese es nuestro punto de partida en Alpha Sport 360. **Me llevo mis once años en La Fábrica**, que me hicieron crecer, evolucionar. Con aciertos, con errores. Con experiencias buenas, otras no tan buenas. Y espero poder transmitir todo esto a quienes confíen en nosotros”.



Marc saluda a Florentino Pérez, ante la presencia de Arbeloa.

Porque Marc siempre habla en plural. Ese nosotros es **Javier Lizáldez. “Es mi mano derecha y mi mejor amigo.** Nos conocimos en el mundo del fútbol, con apenas seis años. Y juntos hacemos un campus de verano desde 2019. **La dirección técnica corre de mi cargo y él se encarga de la coordinación.** Además de un equipo que nos permitirá un abordaje integral: **preparación física, prevención de lesiones, nutrición, acompañamiento psicológico, coaching...“**. Todo, entre todos.

“Planear todo me sirvió para evadirme de la presión negativa. Para mantener el foco en lo importante de la vida, que es

que no se pueden escapar. **Pero me sirvió para evadirme de la presión negativa. Para mantener el foco en lo importante de la vida, que es reinventarse.** Encontrar tu sitio siendo feliz”. Una entereza de matrícula de honor, como lo era un fútbol que le llevó a ser una de las mayores joyas de *La Fábrica*.


adidas
ZEGNA
KROOS



Marc Cucalón y Kroos, en el avión de vuelta de Glasgow.

Mirando al futuro, lanza un guante a alguien que le dio mucho más que una mano. A otro exfutbolista que transmite su sabiduría a través de su academia: **“Nunca olvidaré ese gesto de Toni Kroos** (le regaló su camiseta en el avión de vuelta de Glasgow, tras la lesión, para animarle). Para mí ha sido una persona fundamental y le estoy muy agradecido. De momento no hemos vuelto a reconectar, pero ojalá en el futuro nos volvamos a encontrar. Y quién sabe... quizá hasta podamos compartir nuestras experiencias”. De momento, Marc compartirá las suyas con sus alumnos. Ahora, el profesor es él.

NOTICIAS RELACIONADAS

Real Madrid

Arbeloa y “el mejor 6 de España”



Real Madrid

Gabri Valero, 'tendencia' del Madrid

WhatsApp.

¿Buscas licenciar contenido? Haz clic aquí

Etiquetado en: Real Madrid Fútbol Retirada deportiva Lesiones deportivas

Contenido Patrocinado

¿Qué pasó cuando una IA gestionó solo 250 €?

AI App | Patrocinado

Ven a Telepizza a por medianas a 5'95€

Telepizza | Patrocinado

Compra ahora

Sorry, estoy fuera.

Vueling | Patrocinado

El cinturón japonés que derrite la grasa abdominal

Sculptiq

Muere Bartina, mujer de Ronald Koeman

As.com

Las zapatillas de caminar más cómodas de España

bstoora®

Compra ahora

Mercado de segunda mano IKEA

IKEA | Patrocinado

1.5 millones de ácaros en tu cama — ¡y ni siquiera te das cuenta!

BugGuard | Patrocinado

¿Carga rápida en 26 min?

Škoda

Ver más

"Como me metas la lengua te reviento": Blanca Romero para los pies a Xavier Deltell por esta broma de mal gusto en 'MasterChef'

Cadena SER

No compre audífonos, pruebe esto primero (es excelente)

Experto en Audicion

Una enfermera se indigna con Pedroche tras su polémica frase: "Esto es lo que nos vamos a encontrar"

Cadena SER

Cursos gratis que transforman tu presente y tu futuro

Cursos FEMXA

Inscríbete ahora

Ana Rosa Quintana 'rompe' a Antonio Hidalgo: cuenta entre lágrimas que no ha sido un buen padre

Cadena SER

Así es el Alfa Romeo Junior: compacto y con carácter

Alfa Romeo | Patrocinado

Estos zapatos hacen que caminar sea un placer

El Gran Wyoming (71 años): “Aznar hizo lo que pudo para que no hubiese democracia ni libertad”
As.com

Movistar Plus se puso HOT, ¿y tú?
Movistar Plus

Ver más

Alba Carrillo estalla contra Anne Igartiburu: “Busto parlante"
As.com

27 Comentarios Normas >

Te recomendamos en Más Fútbol

- En directo, El Bar:el Barça quiere batir todos los récords >
- El Leganés vuelve a los 30 millones >
- La cláusula de 20 millones de Miguel Sierra ya parece corta >
- Álvaro Giménez acerca al Murcia a la Copa del Rey >
- ‘Condena’ a Memphis Depay >
- Manu Carreño explota contra LaLiga: “¿De verdad era necesario?” >

ÚLTIMAS NOTICIAS

10:45 WMX | DANIELA GUILLÉN
“Me gusta poder hacer historia en mi país”

10:41 EL BAR DE SIQUE
En directo, El Bar:el Barça quiere batir todos los récords

10:17 SEVILLA

La cláusula de 20 millones de Miguel Sierra ya parece corta

Lo más visto

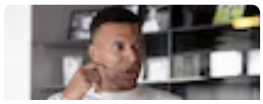
Más noticias ›



La tormenta es el Barça



Joan García no sale en la segunda parte por un mal gesto en la rodilla



Mbappé a AS sobre las camisetas de Ceuta: “Tengo toda la solidaridad con Ceuta, pero no quería priorizar sufrimientos”



OFERTA



Disfrútalo en DAZN



Juego de sartenes



Bañador