

Sofia Falanga vol: mi piace molto stare in palestra da

Volley Club Frascati, la giovanissima istruttrice Sofia Falanga: “Mi piace molto stare in palestra”

Una filosofia da sempre improntata sull'valorizzazione dei giovani. Il Volley Club Frascati del presidente Massimiliano Musetti conferma questa tendenza solitamente “riservata” agli atleti e stavolta volta a sostenere una giovane istruttrice. Si tratta di Sofia Falanga, 17 anni e già punto di forza (come atleta) dei gruppi Under 17 di coach Francesco Romanini e Under 19 di coach Luca De Gregorio. La ragazza segue da “tirocinante” il gruppo Under 13 promozionale femminile e spiega com'è nata questa idea: “Per me non è una cosa inedita, succedeva già a Monte Porzio negli ultimi due anni. Nel corso di un colloquio con Flavia Mola (responsabile dell'Under 14 tuscolana, ndr), è venuta fuori la possibilità di poter fare questa esperienza con l'Under 13 e non mi sono tirata indietro. Il tutto sotto la direzione tecnica di Luca De Gregorio che aiuto anche nella gestione della sua Under 13 e dell'Under 12”. Una ragazza seria ed impegnata anche in ambito scolastico, come dimostra l'ottimo rendimento nel liceo linguistico che frequenta a Frascati. “Perché mi piace allenare? Ho una grande passione per il pallavolo e poi amo lavorare con i bambini, tanto che in estate mi è capitato di fare pure l'animatrice con quelli della Caritas. Mi piace stare tanto tempo in palestra, sono molto attiva: le mie compagne di squadre mi prendono un po' in giro, ma sono stupite dal fatto che abbia così tanta energia. E poi ho trovato sin da subito una bellissima sintonia con tutti gli allenatori del Volley Club Frascati”. La Falanga si offerma a parlare un po' più nello specifico delle ragazze dell'Under 13: “La maggior parte sono al primo anno di volley e si sono appassionati per aver visto il pallavolo in cartoni e film. Una delle atlete è migliorata così tanto da essere assorbita subito nel gruppo di Luca e questo mi ha dato una grande gioia. Tutte le altre stanno crescendo rapidamente, mi seguono e sono contenta”. La chiusura è sulla sua volontà di specializzarsi come allenatore: “Il presidente Musetti mi iscriverà al prossimo corso non appena sarà indetto. Non so quando accadrà, ma è in programma. Per il momento seguo l'esempio e le direttive di Luca De Gregorio e degli altri tecnici del Volley Club Frascati”.

[Read More](#)