



Il vice allenatore e preparatore atletico
Volley Club Frascati Daniele Sarnataro

Le feste di Natale sono state sicuramente serene per la B2 femminile del Volley Club Frascati che si è goduta un terzo posto assolutamente inatteso all'inizio stagione. «Purtroppo alcuni acciacchi non ci hanno consentito di fare un grosso lavoro fisico durante la sosta – si rammarica Daniele Sarnataro, vice di coach Paolo Collavini e preparatore atletico del gruppo –, ma abbiamo comunque proceduto seguendo un programma di lavoro normale». All'orizzonte c'è la prima gara ufficiale del 2015. «Sabato faremo visita al Palau che in questo momento occupa una posizione di bassa classifica. Ma diffidiamo del prossimo avversario – sottolinea Sarnataro – perché attraverso qualche innesito ha sicuramente migliorato la sua classifica e il suo organico ultimamente, quindi ci vorrà grande concentrazione anche perché si sa che le trasferte in Sardegna sono sempre logisticamente insidiose per tutti. Tra l'altro, come detto, non stiamo benissimo dal punto di vista della condizione generale per via di alcuni acciacchi che stanno venendo a galla dopo una prima parte di stagione intensa, ma dovremo cercare di dare tutto quello che abbiamo». Anche perché il terzo posto va difeso con i denti. «Lo spirito per cercare di conservare ciò che ci siamo guadagnati, ovviamente, c'è tutto – specifica Sarnataro –, stiamo a vedere cosa accadrà in questomese». Dove c'è il mercato aperto e tanti equilibri possono modificarsi. «Vedremo cosa accadrà e poi alla fine di questa "finestra" verificheremo se i valori delle varie concorrenti saranno cambiati. Qualcuno si è già mosso, vedremo come risponderà il campo». Decisivo sarà anche il calendario. «Dobbiamo cercare di fare il massimo in queste ultime partite del girone d'andata – riflette Sarnataro – perché poi nelle prime quattro di quello di ritorno avremo scontri durissimi che ci diranno quale ruolo potremo ricoprire in questo campionato».

[Read More](#)