

Moraci, tra gli obiettivi la maturazione dei giovani talenti da

Quarantadue anni e non sentirli. L'Asd JudoEnergon Esco Frascati, storico club nato nel lontano 1975, ha ricominciato a pieno regime le sue attività da lunedì scorso riaprendo le porte della palestra comunale di via Conti di Tuscolo, del Tusculum e del Santissimo Sacramento. Invariata l'ampia offerta che, oltre alla tradizionale disciplina del judo, propone anche i corsi agonistici (e sempre più di ottimo livello) di ginnastica artistica e ritmica. Il presidente e maestro Nicola Moraci inaugura la stagione con propositi importanti. «Quest'anno ci aspettiamo un'ulteriore maturazione da parte dei nostri giovani talenti e l'aumento della "base", vale a dire dei corsi di avviamento al judo e quella dell'attività neuromotoria. Per capire che tipo di risposta avremo dalle iscrizioni è ancora presto, ma siamo convinti di poter allargare ulteriormente i numeri». Il numero uno dell'Asd Judo Energon Esco Frascati ricorda poi come sarà strutturata la settimana nella palestra di via Conti di Tuscolo. «Il corso di attività neuromotoria (bambini dai 5 anni) si terrà tutti i lunedì, mercoledì e venerdì dalle 16,45 alle 17,30, i bimbi del "primo turno" (6 e 7 anni) si alleneranno negli stessi giorni dalle 17,30 alle 18,30 seguiti da quelli del "secondo turno" (dagli 8 ai 12 anni) che scenderanno sul tatami dalle 18,30 alle 19,45. Poi ci sono gli agonisti (Esordienti A e B, Cadetti, Junior e Senior) che si allenano nei medesimi giorni dalle 19,45 alle 21,30 con la possibilità di fare due sedute di preparazione atletica e studio della tecnica il martedì e il giovedì dalle 20 alle 22 e di fare pesi presso il Tusculum. Sempre il martedì e il giovedì (ma dalle 20,30 alle 22) si allena anche il gruppo degli Amatori, ovvero adulti principianti o cinture colorate».

Se la maggior parte degli atleti ha ricominciato a sudare solo in queste ore, c'è chi ha anticipato i tempi per farsi trovare pronto ad un grande appuntamento fissato per fine settembre. «Ci saranno i campionati mondiali Master che quest'anno si disputano in Italia ed esattamente a Olbia – ricorda Moraci – Alla rassegna iridata prenderanno parte i nostri Roberto Mascherucci e Alessio Lepore che stanno ultimando la loro preparazione e che potrebbero regalarci grandi soddisfazioni. Quello sarà il primo vero impegno stagionale, poi procederemo come sempre con tutte le attività federali dedicate alle varie categorie».

[Read More](#)