Post to Pdf

Country Club Frascati nuoto, Tavelli presenta il suo staff

E’ ripartita da circa un mese la frenetica attività delsettore agonistico del nuoto del Tc New CountryClub Frascati. Confermatissimo nel suo ruolo diresponsabile tecnico è Daniele Tavelli che, grazieanche al lavoro di tutto lo staff, ha fatto crescerediversi ragazzi interessanti nella piscina del circolodi via dell’Acquacetosa. Quest’anno il club tuscolanoha voluto ulteriormente curare i dettagli, comespiega lo stesso Tavelli: «I nostri ragazzi potrannocontare su una serie di professionisti di alto livello:oltre al mio primo collaboratore tecnico DavideCordasco, c’è stato l’inserimento nello staff diFrancesco Caldara, già preparatore atletico delsettore tennis. Lui fornirà indirizzi specifici sul lavorofisico da portare avanti durante la stagione eassieme, invece, cureremo la parte del “mentaltraining”: un aspetto che entrambi abbiamoapprofondito attraverso corsi di studio sullamateria». L’aspetto mentale diverrà parte integrante dell’allenamento. «Ci sono determinati fattori ocomportamenti che possono arrivare a inibire ofrenare un atleta. Cureremo nel dettaglio ledinamiche di gruppo e gli aspetti interpersonali tra inostri ragazzi coinvolgendo anche le famiglie:l’obiettivo è quello di alleggerire da eventualipressioni di risultato tutti i nostri tesserati». Ma lacura dei dettagli da parte del settore del nuotoagonistico non finisce qui. «Avremo unacollaborazione con una nutrizionista, la dottoressaAlessia Gargaro, e con la fisioterapista Roberta Rossi» rimarca Tavelli che poi parla di un’altraimportante novità. «Rinascerà un piccolo gruppo di Esordienti A: sono ragazzi provenienti dalle gareCsain che si cimenteranno per la prima volta con le prove federali e a maggior ragione per loro sarà unanno sereno dedicato esclusivamente alla crescita umana prima ancora che sportiva. Inoltre possiamocontare su un bel gruppo di Esordienti B che comunque continueranno a fare attività diPropaganda e non federale». Le prime garestagionali per le categorie maggiori sono ancoraabbastanza lontane e non dovrebbero arrivare primadi un mese (anche se il calendario dev’essereancora reso noto), le altre dovrebbero seguire aruota.

Read More

Developer By Post to Pdf