

New Country Club Frascati nuoto, Tavelli presenta il suo staff

E' ripartita da circa un mese la frenetica attività del settore agonistico del nuoto del Tc New Country Club Frascati. Confermatissimo nel suo ruolo di responsabile tecnico è Daniele Tavelli che, grazie anche al lavoro di tutto lo staff, ha fatto crescere diversi ragazzi interessanti nella piscina del circolo di via dell'Acquacetosa. Quest'anno il club tuscolano ha voluto ulteriormente curare i dettagli, come spiega lo stesso Tavelli: «I nostri ragazzi potranno contare su una serie di professionisti di alto livello: oltre al mio primo collaboratore tecnico Davide Cordasco, c'è stato l'inserimento nello staff di Francesco Caldara, già preparatore atletico del settore tennis. Lui fornirà indirizzi specifici sul lavoro fisico da portare avanti durante la stagione e assieme, invece, cureremo la parte del "mental training": un aspetto che entrambi abbiamo approfondito attraverso corsi di studio sulla materia». L'aspetto mentale diverrà parte integrante dell'allenamento. «Ci sono determinati fattori e comportamenti che possono arrivare a inibire o frenare un atleta. Cureremo nel dettaglio le dinamiche di gruppo e gli aspetti interpersonali tra i nostri ragazzi coinvolgendo anche le famiglie: l'obiettivo è quello di alleggerire da eventuali pressioni di risultato tutti i nostri tesserati». Ma la cura dei dettagli da parte del settore del nuoto agonistico non finisce qui. «Avremo una collaborazione con una nutrizionista, la dottoressa Alessia Gargaro, e con la fisioterapista Roberta Rossi» rimarca Tavelli che poi parla di un'altra importante novità. «Rinascerà un piccolo gruppo di Esordienti A: sono ragazzi provenienti dalle gare C e Sain che si cimenteranno per la prima volta con le prove federali e a maggior ragione per loro sarà un anno sereno dedicato esclusivamente alla crescita umana prima ancora che sportiva. Inoltre possiamo contare su un bel gruppo di Esordienti B che comunque continueranno a fare attività di Propaganda e non federale». Le prime gare stagionali per le categorie maggiori sono ancora abbastanza lontane e non dovrebbero arrivare prima di un mese (anche se il calendario dev'essere ancora reso noto), le altre dovrebbero seguire a ruota.

[Read More](#)