

Volley Club Frascati, la Bastiani e il mini volley

Da questa stagione è entrata a far parte dello staff tecnico del Volley Club Frascati. Simona Bastiani è una sportiva a tutto tondo: figlia di un calciatore, atleta di basket per diversi anni e moglie di un pallavolista, ha “sposato” ormai da tempo il mondo della pallavolo. Nella passata stagione collaborava con il Volleyro’ allenando persone di tutte le età nel settore del beach volley. «A coinvolgermi in questa nuova avventura è stato il direttore tecnico del Volley Club Frascati Patrick Mineo – racconta la Bastiani – Tra l’altro mia figlia Luna Cicola fa parte del gruppo Under 14 di Eccellenza e anche dell’Under 16 Elite e quindi conosco già bene l’ambiente di questo club». Il Volley Club Frascati ha affidato a lei e a Michelle Perinelli (il libero della prima squadra femminile) il “cuore pulsante” dell’attività di una società, vale a dire il settore del minivolley. «Abbiamo un gruppo di circa venti ragazzine di età compresa tra i 7 e i 10 anni che alleniamo due volte a settimana, il martedì e il giovedì – racconta la Bastiani – Il primo obiettivo è farle divertire e poi farle sudare, provando a iniziare a dare loro una base tecnica. Avendo conosciuto da vicino tanti sport, cerco di “pescare” da più discipline dei metodi di allenamento utili alle nostre ragazze». Il giudizio della Bastiani sul gruppo a disposizione sua e della Perinelli è molto positivo. «Queste ragazze sono delle autentiche “spugne”, nel senso che sono molto ricettive e riescono a cogliere immediatamente i nostri suggerimenti. Alcune di loro hanno già delle qualità importanti per la loro fascia d’età e potrebbero a breve essere pronte anche per l’Under 12 allenata da Luca De Gregorio, col quale ovviamente siamo costantemente in contatto». Al momento l’attenzione del settore mini volley del club tuscolano è puntata esclusivamente sull’allenamento. «Per ora portarle a fare partite non è nei nostri progetti tecnici perchè cerchiamo di lavorare in palestra sulle loro qualità» conclude la Bastiani.



[Read More](#)