

Rugby Frascati Union 1949, una domenica originale per le ragazze

Una domenica originale, decisamente differente dal solito. Approfittando di una delle poche pause dei campionati regionali (Under 14/16 e Coppa Italia Seniores) le ragazze del Rugby Frascati Union 1949 hanno partecipato al primo incontro del percorso di “Allenamento mentale nello sport” che si articolerà in una serie di incontri settimanali che vogliono essere un ulteriore supporto al percorso di formazione delle giovani atlete tuscolane. La lunga giornata, ospitata nella sala riunioni dell’istituto scolastico frascatano delle “Scuole Pie”, è iniziata alle 10 con il saluto istituzionale del presidente Diego Pillinini e del direttore generale Antonio Spagnoli e poi è entrata nel vivo per le ragazze presenti (e appartenenti alle selezioni femminili Senior, Under 16 e Under 14 del Rugby Frascati Union 1949). A condurre l’incontro, che ha toccato vari temi legati a strategie mentali per migliorare la motivazione e la comunicazione individuale e di gruppo, ci hanno pensato Alessandra Mattioni, life e sport mental coach, e Jessica Celestre, sport mental coach e counselor. Dopo una breve pausa pranzo, in cui il gruppo delle corsiste e le insegnanti hanno approfittato per ammirare le bellezze paesaggistiche di Frascati e assaggiarne le gustose prelibatezze gastronomiche, si è tornati in aula fino alla conclusione dell’appuntamento attorno alle 18,30. La società, che ha ringraziato anche pubblicamente don Maurizio per la calorosa accoglienza alle “Scuole Pie”, ha registrato l’entusiasmo delle tante atlete presenti che si sono approcciate con la giusta curiosità a questo nuovo progetto. Il discorso verrà ripreso probabilmente nel mese di marzo quando partiranno i tre incontri mensili (uno da tre ore e due da un’ora) per ribadire e approfondire i concetti toccati nella giornata di domenica. Per tornare alle questioni di campo, infine, è iniziata con una sconfitta l’avventura nella poule promozione della serie C1: i ragazzi dei coach Sebastian Caffaratti e Luca Corona hanno ceduto per 22-0 contro l’Us Roma. L’occasione del riscatto arriverà domenica quando il team tuscolano ospiterà la Capitolina.



[Read More](#)