

Al Tc New Country Club Frascati il nuoto libero assistitoaa

Il nuoto libero è uno degli sport più in voga nei circoli sportivi romani e non solo: ha grandi benefici sui “sedentari” e aiuta anche il recupero da pesanti infortuni, quindi sono tantissimi gli appassionati che scelgono di “mettersi in proprio” e muoversi un po’ in questa maniera. Non sempre, però, la pratica del nuoto libero viene fatta nel modo corretto e così il Tc New Country Club Frascati ha introdotto da qualche mese una novità piccola, ma decisamente importante. A spiegarla è uno dei tecnici dello staff del circolo frascatano, vale a dire Concetto Pirrottina. «In realtà si tratta di un aiuto molto semplice che offriamo a tutti coloro che fanno nuoto libero presso il nostro circolo: ci mettiamo a disposizione degli utenti per “indirizzarli” verso la giusta maniera di nuotare, rispondendo alle loro curiosità e alle loro domande». Insomma, un supporto piccolo quanto prezioso perché non tutti i “nuotatori liberi” hanno uno stile impeccabile. «La gamma dei frequentatori della piscina per il nuoto libero è vastissima – osserva Pirrottina – Chi non ha praticamente bisogno di consigli sono gli ex nuotatori agonisti che sono già impostati secondo canoni di allenamento corretti. Tra questi, tra l’altro, abbiamo gli espertissimi Gianfranco Piana e Umberto Detti, atleti ultraottantenni che fanno gare Master e che magari, per problemi di orari, non si possono allenare con quel gruppo e quindi talvolta nuotano da soli. Ma ci sono anche tante altre persone “autodidatte” o che arrivano in piscina per fare attività sportiva e alleviare problemi alla schiena o ad altre articolazioni. In quel caso avere qualcuno a cui chiedere un’informazione può essere sicuramente utile, anche se è ben diverso da una scuola nuoto dove il tecnico fornisce una programmazione di lavoro e un’impostazione costante». Assieme a Pirrottina, altri componenti dello staff come Leonidas Castet, Riccardo Sansone e Davide Cappa sono pronti a fornire assistenza a tutti coloro che volessero usufruire di questo servizio in più: d’altronde il Tc New Country Club Frascati è sempre attento a ogni singolo dettaglio.



[Read More](#)