





Il preparatore atletico del Rugby Città di Frascati Giuseppe Diana e i suoi ragazzi

La prima settimana di preparazione è stata già messa alle spalle e anche la seconda è già a buon punto. La serie B e l'Under 18 del Rugby Città di Frascati stanno lavorando intensamente tutti i giorni agli ordini del nuovo preparatore Giuseppe Diana (e sotto gli occhi di coach Luciano Bronzini) sul campo di Spinoretico, stante l'indisponibilità dello "Stadio del Rugby" di Cocciano (alle prese con lavori al manto in erba naturale). «Il gruppo sta fornendo risposte positive – dice Diana – nonostante i cinque allenamenti settimanali che rappresentano una novità e ai quali stiamo unendo anche il lavoro in palestra. Abbiamo trovato i ragazzi del Primo XV già a buon punto a livello fisico, probabilmente per aver giocato nei tornei di beach rugby in estate. Ma anche i ragazzi dell'Under 18 ci seguono e si allenano con buono spirito di sacrificio. L'idea è quella di fornire loro in questo periodo una base solida che possa permettere al gruppo di mantenere un elevato standard fisico fino a fine stagione. E' chiaro che all'inizio un po' di fatica si fa sentire e che non potremo essere brillanti sin da subito». Diana continuerà a "torchiare" il gruppo anche nelle prossime settimane quando al lavoro fisico si unirà anche quello tecnico-tattico impostato dal confermatissimo coach Luciano Bronzini, parso fiducioso sulle possibilità dei suoi ragazzi. «La squadra ha qualità ed è stata rinforzata da alcuni nuovi innesti e dalla "promozione" di alcuni elementi della vecchia Under 20 – rimarca Bronzini -. Prima dell'inizio del campionato vorremmo giocare tre amichevoli per fare alcuni esperimenti ed iniziare a trovare il ritmo partita. Sugli obiettivi stagionali è decisamente presto per pronunciarsi: tra qualche settimana capiremo qualcosa in più sia sul nostro gruppo che su quelli avversari». La prima gara del campionato di serie B è fissata per il 6 ottobre in casa contro il Messina. Lunedì scorso, infine, è stato il primo "giorno di scuola" anche per le selezioni Under 16 ed Under 14, mentre dal 5 settembre ci sarà il via per gli scatenati "mini-rugbysti" del settore di base.

[Read More](#)