





Judo Frascati Alfredo Moraci

La scuola dell'Asd Judo Frascati non tradisce mai. Nello scorso fine settimana due atleti cresciuti nello storico club tuscolano hanno ottenuto successi importanti nelle loro discipline. Alfredo Moraci (tral'altro figlio del maestro Nicola) ha trionfato sabato nel "Roma Challenge" di Brazilian Jiu Jitsu, mentre Antonello Aliano si è laureato campione italiano Master di judo nella kermesse andata in scena domenica a Latina.

«E' il mio secondo successo consecutivo in questa manifestazione – spiega Moraci junior che ha sbaragliato la concorrenza nella categoria 82.3 della classe Master 1 – Questo è uno dei trofei più importanti a livello nazionale e sicuramente può dare un buon riscontro sul piano della competitività e dello stato di forma. Tra l'altro, come spesso mi accade, nei giorni pre-gara sono dovutoo stare molto attento al peso per poter rientrare nella mia categoria e questo ha aumentato la difficoltà. In finale ho dovuto faticare per avere il meglio del mio avversario, ma alla fine ho vinto ai punti. Ora qualche giorno di riposo e poi inizierò a preparare i due appuntamenti clou del 2019, vale a dire il campionato europeo che si terrà a Barcellona ad aprile e quello italiano che si disputerà a maggio». Come Alfredo Moraci, anche Antonello Aliano ha costruito la sua carriera nella palestra dell'Asd Judo Frascati. «Con il cuore sono ancora lì – dice il fresco campione italiano Master di judo – Il maestro Nicola Moraci è stato assolutamente fondamentale per la mia formazione sportiva e tuttora siamo in costante contatto: per me è un punto di riferimento vero e proprio, anche se ora dirigo da solo un club a Ostia (l'Athletic Center, ndr). A Latina sono riuscito a conquistare il mio quarto titolo stagionale: dopo il titolo italiano Master Csen, ne avevo già conquistati due federali ovvero la Coppa Italia e il Trofeo Italia. Domenica è arrivato anche il successo nel campionato italiano federale nella categoria +90 chili della classe Master 5 e quindi si può dire che ho fatto "en plein"». Domenica scorsa, inoltre, il maestro Nicola Moraci ha partecipato all'evento annuale "Scienze dello sport" incentrato sul tema della ricerca scientifica applicata allo sport e dell'allenamento basato su evidenze. L'appuntamento si è tenuto presso il campus universitario di Tor Vergata ed è stato organizzato da Gian Mario Migliaccio, dottore di ricerca in Scienze dello Sport e coordinatore dei team di ricerca di Sport Scienze Lab, psicologia e scienze dello sport. Un altro importante appuntamento, infine, è previsto per la mattinata di sabato 19 gennaio quando l'Asd Judo Frascati organizzerà un imperdibile stage con il campione del mondo Hiroyuki Akimoto.

[Read More](#)