



Importante esperienza per i ragazzi del settore nuoto dell'F&D H2O. Dopo la bella esperienza di Terni, i giovanissimi di Velletri e Lariano si sono recati a Città di Castello per un altro appuntamento di spessore. Il Meeting si è aperto subito bene, con il gruppo che insieme ai tecnici Roberto Cianfarani ed Emiliano Specchi ha cominciato benissimo la sua avventura. Medaglie già dalle gare del venerdì: Lorenzo D'Uffizi, infatti, si è classificato al primo posto nei 200 dorso. Gradino più alto del podio anche per Sofia Polverini, che ha dominato la batteria nei 200 rana vincendola con un tempo di 3'08. "Un miglioramento allucinante di 12 secondi" – ha commentato mister Cianfarani – "e faccio i complimenti a lei e al collega Emiliano per il risultato". Secondo posto e argento per Flavio Spallotta, nei 100 stile, con il tempo di 1'08. Altrettanto strepitoso il tempo di Valeria Di Giacomantonio, anch'ella seconda, nei 200 rana con 2'52". Tutti tempi importanti quelli conquistati grazie al lavoro, al sudore e alla fatica dei ragazzi. Notevole la prestazione di Alessio Borro nei 100 delfino, classificatosi terzo alle spalle di due atleti più grandi di lui (classe 2003). Non è mancata la fortuna, come nel caso di Chiara Fusco che pur partendo alla grande ha perso un po' di orientamento nella fase finale della gara lasciando qualche secondo per strada. In ogni caso, come sottolineato dall'allenatore Cianfarani, la partenza è stata ottima ed è il momento di replicare e migliorare con la seconda giornata. Anche il sabato ha portato in dotazione diverse medaglie per l'F&D H2O. I ragazzi di Velletri e Lariano, infatti, hanno messo incassate ben nove podi e relative medaglie grazie alle loro fantastiche prestazioni nelle gare di nuoto. Ottimo il secondo posto di Flavio Spallotta nei 50 stile libero. Atleta che si è poi superato nei 50 delfino con un primo posto e una vittoria per distacco davvero entusiasmante. Una giornata molto impegnativa anche per Alessio Borro nei 50 stile libero, con qualificazione al mattino e finale la sera: risultato una medaglia di argento, appena tre decimi sotto il primo classificato. Ancora F&D fra le migliori con il terzo posto nei 50 rana con Michela Cedroni, il secondo posto di Chiara Fusco nei 50 delfino con 36"5 e l'ottimo terzo di Lorenzo D'Uffizi nei 50 dorso. Bene anche Valeria Di Giacomantonio, nei 50 dorso, con 33"8. Prima a pari merito per la medaglia d'oro Sofia Polverini grazie al tempo nei 50 rana di 41"1. Numero di medaglie replicato domenica per un piazzamento generale che, in attesa della pubblicazione delle classifiche definitive, vede l'F&D H2O nella top ten. Anche l'ultimo giorno ha fruttato tantissimi risultati, a cominciare da Alessio Borro che prende un oro nei 50 delfino con il tempo di 27"6, e due argenti nei 50 stile libero e nei 100 stile libero rispettivamente con 25"64 e 56"6. Tre medaglie anche per Valeria Di Giacomantonio, che conquista l'argento nei 400 misti (5'33"), l'argento nei 400 stile libero (4'44") e il bronzo nei 200 misti (2'39"). Terzo posto per Federica Casciotti, esordienti A, nei 50 delfino con 36"0. Chiude la lista dei medagliati Sofia Polverini con uno splendido oro nei 100 rana (29"7) e un prestigioso argento nei 400 misti con 6'03. Complimenti a tutti i ragazzi e ai loro tecnici per aver dimostrato di aver lavorato al meglio durante la stagione e di avere ancora le energie al meglio per queste difficili ma stupende gare.

[Read More](#)