



Erano due gli atleti dell'F&D H2O Velletri impegnati nelle finali dei campionati estivi Esordienti A. Sofia Polverini e Lorenzo D'Uffizi, accompagnati dal tecnico Emiliano Specchi, sono scesi in acqua allo stadio del nuoto di Roma alla ricerca di miglioramenti nei tempi. Sofia Polverini ha gareggiato nei 400 misti riportando un tempo di 6'02"47, ben quattro secondi in meno rispetto al precedente. Molto bene anche Lorenzo D'Uffizi, che ha gareggiato nei 100 delfino con 1'10"3 e poi subito dopo, ancora stanco dalla gara effettuata, nei 100 dorso dove è riuscito comunque a migliorarsi di due secondi. Mentre alcuni atleti erano allo stadio del nuoto, i più grandi nuotatori dell'F&D H2O Velletri sono impegnati nel Trofeo SIS Roma, edizione summer, insieme al tecnico Roberto Cianfarani. Invasca Bruno Chambery, Luca Tora, Alessio Borro, Marta Cianfarani, Rachele Della Vecchia, Marika Botticelli, Sara D'Achille, Sharon Haxhaj, Valeria Di Giacomantonio. Notevoli le prestazioni di tutti i ragazzi e di tutte le ragazze, con una menzione particolare per Valeria Di Giacomantonio entrata in finale nei 400 stile libero, dove si è posizionata seconda per soli otto decimi dietro un'atleta del 2005 migliorando di quattro secondi e confermandosi tra le prime cinque del Lazio. Ottime prove per lei anche nei 200 stile libero (sesta) e nei 100 rana (con 1'22"3). Bene anche Luca Tora, che si è aggiudicato la finale con i 200 dorso, e Alessio Borro, che ha fatto molto bene nei 200 stile libero (2'03"2 e un sesto posto) e nei 200 misti, oltre che nei 50 stile libero con il tempo di 25"5. Più che confortanti anche i tempi di Marika Botticelli, che ha riportato 1'13"6 nei 100 dorso e 1'13"4 nei 100 delfino. La domenica del Trofeo Esordienti A si è invece conclusa con un'ottima prova di fine stagione per Lorenzo D'Uffizi, che ha ripetuto il suo tempo con 1'10"3 nei 100 delfino e 2'41"3 nei 200 dorso, e Sofia Polverini, che ha fatto un buon 3'08" nei 200 rana. I due giovanissimi, accompagnati dal tecnico Emiliano Specchi, si sono ben comportati lasciando intravedere ottime prospettive per le prossime gare. Anche il Trofeo SIS Roma nella sua parte domenicale ha riservato tante soddisfazioni all'F&D H2O con ottimi risultati cronometrici. Di seguito le prestazioni offerte dai ragazzi:

- Alessio Borro ha totalizzato il sesto tempo per la finale con 55'2 nei 100 stile libero, poi migliorato a 54"7 con l'abbattimento del muro dei 55", tra i primi nel Lazio.
- Valeria Di Giacomantonio è fra le prime nel Lazio nei 400 stile libero e ha fatto un tempo di 5'35" nei 400 misti. Benissimo anche nei 200 dorso con 2'39".
- Sara Haxhaj è migliorata di 15 secondi nei 400 misti con il tempo di 5'38".
- Rachele Della Vecchia si conferma su ottimi livelli con il suo 5'53" nei 400 misti. Nei 200 dorso, invece, riporta il tempo di 2'41".
- Marika Botticelli si comporta bene sia nei 100 delfino (1'13"7) che nei 50 rana (38"7).
- Marta Cianfarani chiude con uno splendido tempo di 1'05"3 nei 100 stile libero.
- Luca Tora accede alle finali con il nono posto grazie al tempo di 1'07"4 nei 100 dorso, poi migliorato a 1'04"7 nella finale stessa dove si piazza settimo.
- Bruno Chambery riporta prove positive sia nei 400 misti con 5'07" che nei 200 dorso con 2'23".

I ragazzi, accompagnati da Roberto Cianfarani, hanno poi conosciuto il primatista italiano nei 50 e 100 stile libero Marco Orsi. Complimenti a tutta la truppa dell'F&D H2O in vista dei campionati regionali in programma dal 16 al 21 luglio.

[Read More](#)