

Judo Frascati, la Ghio e il settore ginnastica artistica

E' ripartito di slancio il settore della ginnastica artistica dell'Asd Judo Frascati. A parlare della primissima fase di stagione e delle prospettive dell'annata è Germana Ghio che è una delle colonne dello staff tecnico assieme a Giorgia Coni, Valerio Capece e la new entry Alessia Sera. "I corsi avanzati si sono allenati fino a fine luglio, hanno preso una piccola pausa ad agosto e da inizio settembre hanno ripreso l'attività regolare. Lo stesso vale anche per i corsi di base dove abbiamo riscontrato un'ulteriore crescita delle iscrizioni: questo è il segnale che stiamo facendo un buon lavoro a tutti i livelli". Gli appuntamenti ufficiali per le agoniste sono ancora lontani: "Avremo una gara amatoriale a fine dicembre in cui testeremo gli esercizi su cui lavoreremo in questi primi mesi di stagione – sottolinea la Ghio – Poi da gennaio inizieranno le competizioni di squadra e successivamente quelle individuali organizzate dalla Federazione Ginnastica Italia (Fgi). In queste settimane, dunque, ci saranno tanti allenamenti di preparazione che probabilmente sono i più "complicati da gestire" per le nostre atlete, ovviamente vogliose di misurarsi in gara". La Ghio è tornata a lavorare nell'Asd Judo Frascati dalla passata stagione. "Un rientro che mi ha reso molto felice. Facevo parte di questa società circa quindici anni fa e allora rimasi per cinque anni prima di spostarmi in alcuni club di Roma. Ho ritrovato una società ancor più organizzata e competitiva anche nel settore della ginnastica artistica. Basti pensare alla parte logistica: ora ci alleniamo nella palestra del Santissimo Sacramento che è molto adatta alla nostra disciplina e tra l'altro da quest'anno la famiglia Moraci, con uno sforzo non indifferente, ha permesso alle ragazze dei corsi di base di allenarsi in giorni differenti rispetto a quelle dei corsi avanzati: le prime si allenano il martedì e il giovedì, le altre il lunedì, il mercoledì, il venerdì e il sabato mattina". In conclusione la Ghio pone l'accento sull'ottimo feeling che si è instaurato tra i vari tecnici. "Io sono la più "grande" e cerco di mettere a disposizione degli altri la mia esperienza. Giorgia, Valerio e Alessia sono tre giovani estremamente capaci con cui c'è totale sintonia sulla gestione tecnica delle nostre atlete".

[Read More](#)