Post to Pdf

Il Volley Club Frascati riprende lamarcia con qualche acciaccoaa

Il vice allenatore e preparatore atletico Volley Club Frascati Daniele Sarnataro

Le feste di Natale sono state sicuramente serene perla B2 femminile del Volley Club Frascati che si è goduta un terzo posto assolutamente inatteso ainizio stagione. «Purtroppo alcuni acciacchi non cihanno consentito di fare un grosso lavoro fisicodurante la sosta – si rammarica Daniele Sarnataro,vice di coach Paolo Collavini e preparatore atleticodel gruppo -, ma abbiamo comunque procedutoseguendo un programma di lavoro normale».All'orizzonte c'è la prima gara ufficiale del 2015.«Sabato faremo visita al Palau che in questomomento occupa una posizione di bassa classifica.Ma diffidiamo del prossimo avversario – sottolineaSarnataro – perché attraverso qualche innesto hasicuramente migliorato la sua classifica e il suoorganico ultimamente, quindi ci vorrà grandeconcentrazione anche perché si sa che le trasferte inSardegna sono sempre logisticamente insidiose pertutti. Tra l'altro, come detto, non stiamo benissimodal punto di vista della condizione generale per via dialcuni acciacchi che stanno venendo a galla dopouna prima parte di stagione intensa, ma dovremocercare di dare tutto quello che abbiamo». Ancheperché il terzo posto va difeso con i denti. «Lo spiritoper cercare di conservare ciò che ci siamo guadagnati, ovviamente, c'è tutto – specificaSarnataro -, stiamo a vedere cosa accadrà in questomese». Dove c'è il mercato aperto e tanti equilibripossono modificarsi. «Vedremo cosa accadrà e poialla fine di questa "finestra" verificheremo se i valoridelle varie concorrenti saranno cambiati. Qualcunosi è già mosso, vedremo come risponderà il campo».Decisivo sarà anche il calendario. «Dobbiamocercare di fare il massimo in queste ultime partite del girone d'andata – riflette Sarnataro – perché poi nelle prime quattro di quello di ritorno avremo scontri durissimi che ci diranno quale ruolo potremo ricoprire in questo campionato».

Read More

Developer By Post to Pdf