



PALLAMANO - PROGETTO OLIMPICO

SQUADRA FEDERALE FEMMINILE, TERMINA CON UNA VITTORIA IL COLLEGALE IN UNGERIA

A distanza di dieci giorni dalla partenza verso Budapest, in Ungheria, si è chiuso il collegiale che ha dato il via alla stagione della Squadra Federale femminile, aprendo il Progetto Olimpico "Rio 2016" e la preparazione in vista del prossimo campionato di Serie A1.

Allenamenti quotidiani e un totale di cinque amichevoli contro formazioni ungheresi hanno caratterizzato il primo periodo di lavoro per le atlete allenate da Marco Trespidi, Direttore Tecnico delle Nazionali femminili, che al rientro in Italia si è detto molto soddisfatto di quanto mostrato dalla squadra.

"Il giudizio generale è ovviamente positivo – spiega l'allenatore –. Abbiamo affrontato situazioni un po' particolari: le ragazze avevano livelli di preparazione fisica differenti, arrivando da esperienze e realtà diverse, che vanno dalla Serie A1 alle categorie giovanili. Ci siamo quindi trovati a gestire una preparazione particolare e specifica come la nostra, da coniugare con la necessità di impostare la squadra sotto il punto di vista tattico, visto che abbiamo giocato cinque amichevoli in dieci giorni".

"Ci sono stati ovviamente malanni fisici di inizio preparazione – prosegue Trespidi –, ma la professionalità delle ragazze in questo senso è stata molto utile: al primo accenno di dolore hanno avvertito me e lo staff, permettendoci di intervenire in modo adeguato con terapie e lavoro differenziato. Questo ha fatto sì che le ragazze fossero tutte disponibili nelle amichevoli".

Proprio l'ultimo dei cinque confronti giocati nel corso del collegiale ha visto la Squadra Federale superare le ungheresi del Kipest, passando dal 10-14 al 18-14 e vincendo il match con il risultato di 25-18. *"Siamo usciti bene da questi primi dieci giorni, dai quali è emersa una squadra compatta, con un assetto difensivo rivelatosi inaspettatamente aggressivo e determinato sin dall'inizio".*

"In tutte le partite hanno giocato almeno quattordici giocatrici su sedici, tutte utilizzate a prescindere dal risultato – spiega ancora Trespidi –. Le ragazze hanno compreso perfettamente che ogni cambio viene effettuato non in relazione al risultato, ma in funzione di un gioco che deve mantenere sempre elevati ritmi e intensità, così come hanno capito bene che non era importante il risultato delle partite, giocate infatti sempre contro squadre più forti e più avanti in termini di preparazione. Questo è un momento in cui tutte hanno bisogno di costruirsi autostima e consapevolezza dei propri mezzi contro squadre quantomeno fisicamente e tecnicamente più forti".

L'allenatore della Squadra Federale si sofferma, poi, sul successo ottenuto contro il Kipest: *"Negli ultimi quindici minuti andavamo a velocità doppia",* dice. *"Questo ha dato la convinzione alla squadra che il lavoro dal punto di vista fisico paga. Sfruttando al meglio i cambi, che sono un po' la nostra arma segreta, abbiamo già raggiunto un buon livello di preparazione".*

"Sono molto soddisfatto", ripete ancora Trespidi, che non manca di menzionare Giorgia Di Pietro come sorpresa positiva di questo collegiale, Irene Fanton e Anika Niederwieser come pilastri della difesa, i portieri Daniela Dovesi, Elisa Ferrari e Michela Zanutto, e infine il capitano Cristina Lenardon *"leader sin da subito, dentro e fuori dal campo".*

Due giorni di riposo, ora, attendono le ragazze della Squadra Federale, che sabato svolgeranno un programma di lavoro specifico, prima di raggiungere la Romania, dove prenderà il via un secondo periodo di preparazione.

