



Claudia Spadaro: "Il lavoro duro ti ripaga per i sacrifici, pronta per questa nuova stagione"

Descrizione



La fast della centrale
Claudia Spadaro

Si avvicinano i primi impegni ufficiali della stagione che nella prima metà di ottobre aprirà i battenti con la fase a gironi della Coppa Sicilia. Il **Messina Volley** è da tempo al lavoro per farsi trovare ben rodato sotto il profilo fisico per l'avvio del campionato di serie C. Tra le atlete che da settembre faticano in palestra per raggiungere la condizione ideale troviamo anche Claudia **Spadaro**, una delle colonne del sodalizio diretto da Mario **Rizzo**. In queste fila ha compiuto tutto il suo percorso da pallavolista e, con sudore, spirito di sacrificio e volontà, ha saputo guadagnarsi anno dopo anno sempre maggiore spazio. Ha vissuto con profitto l'esperienza dei campi della serie B2, riuscendo a sviluppare le sue doti fisiche e tecniche. La scorsa stagione ha sposato con grande entusiasmo il progetto del Messina Volley che prevede l'avvio di un nuovo ciclo ripartendo dal massimo campionato regionale: il risultato è stato un torneo di prima fascia con tanto di ingresso nei play off e prestazioni di rendimento elevate da parte della Spadaro. Adesso non vede l'ora di iniziare questa



...ll'esperienza accumulata nello scorso torneo.

In questa stagione di serie C con il Messina Volley. Con quale stato d'animo ti avvi ad

azioni propositi e i ricordi che mi ha lasciato lo scorso campionato. Consapevole che il lavoro duro ti ripaga, entro in palestra ogni giorno con la voglia di migliorarmi per aiutare la mia squadra a crescere in questo nuovo percorso.

In un certo senso per voi adesso viene il difficile: quello di provare a confermarvi sui livelli della scorsa stagione..

La scorsa stagione gli avversari ci hanno un po' sottovalutato, non pensavano che saremmo riuscite a raggiungere i quarti di finale play off. Quest'anno sarÃ diverso, le altre squadre ci guarderanno con occhio differente, e quindi sarÃ piÃ difficile ripetere il risultato ottenuto. Ma le sfide piÃ ardue sono anche le piÃ belle da vincere.

Ci sono squadre che si sono profondamente rinnovate. Il vostro gruppo Ã rimasto invariato: puÃ essere un vantaggio?

So dei bei sestetti che ci troveremo di fronte, squadre rinnovate e rinforzate con giocatrici che hanno militato lo scorso anno in categorie superiori. La nostra societÃ ha confermato l'intero gruppo, staff ed atlete. Il vantaggio sta nel conoscerci giÃ bene ma l'importante Ã non cullarsi sul proprio operato e cercare di aiutarci tra di noi per migliorarci sempre.

Facciamo il punto sulla condizione fisica della squadra dopo queste settimane di preparazione.

Sappiamo che la preparazione Ã uno scoglio duro dal punto di vista fisico per ogni atleta ma ormai Ã passato quasi un mese dall'inizio degli allenamenti, non considerando che la pausa Ã stata comunque breve. Stimare il periodo in cui ogni atleta raggiunge il top della propria forma fisica risulta un po' complicato visti i tanti fattori che possono influenzarla. Penso che mister Cacopardo abbia attentamente elaborato il nostro programma atletico per farci raggiungere la piena forma fisica con la fase calda del campionato.

Quali sono le tue aspettative per la nuova stagione.

Per quanto riguarda le aspettative preferisco non sbilanciarmi troppo ma spero di poter ancora entusiasmare il nostro pubblico portando a casa nuove soddisfazioni. DarÃ sempre il massimo per regalare ancora belle emozioni al mondo pallavolistico messinese, visti soprattutto i tanti derby.



Rando, Criscuolo e Spadaro esultano dopo un punto

Categoria

1. Pallavolo

Data di creazione

1 Ottobre 2013



A
fs

default watermark