



Il Savio pronto all'esordio in Coppa Sicilia

Descrizione

Si avvicinano i primi impegni agonistici ufficiali e per il **Savio** è il momento di saggiare il livello di condizione raggiunto dalle atlete e allo stesso tempo provare assetto di gioco e soluzioni tattiche ideali in vista del campionato. Il triangolare di Coppa Sicilia che prenderà il via nel fine settimana costituisce un primo indicativo banco di prova che il gruppo diretto dal tecnico Giovanni **Russo** affronta con la giusta dose di entusiasmo e voglia di incominciare la stagione con il piglio giusto. Il primo mese della preparazione pre-campionato è filato via senza particolari intoppi, le atlete in maglia gialloblu messinesi hanno lavorato su ritmi intensi, sostenendo carichi di lavoro pesanti. Le risposte raccolte dallo staff tecnico del Savio con in testa mister Russo, il suo vice Sergio **Conti Nibali** e il fisioterapista Davide **D'Agata** sono state ampiamente positive. Ed è lo stesso allenatore originario di S. Agata di Militello a fare il punto sul lavoro condotto fino ad oggi.

Giovanni Russo, tecnico del Savio

Giovanni Russo, tecnico del Savio

«Sì. Le ragazze stanno mostrando grande dedizione al lavoro, hanno entusiasmo e tanta voglia di fare. Non posso che essere contento delle risposte. In queste prime settimane stiamo naturalmente alternando sedute prettamente tecniche a quelle atletiche, per la formazione di ogni singola atleta è fondamentale lavorare tanto e duramente in questa fase».

La Coppa Sicilia bussa alle porte: si comincia sabato, alle ore 17 al PalaJuvara, con il **Messina Volley**. «Iniziamo contro una squadra che rappresenta una delle favorite del nostro girone. Ho seguito il torneo di serie C dello scorso anno e devo dire che il Messina Volley era la squadra che mi piaceva di più, gruppo molto giovane con doti fisiche e tecniche notevoli. In panchina poi posso contare sulle capacità di un tecnico di valore come Danilo **Cacopardo**. Loro quest'anno presenteranno la stessa squadra della stagione passata, con meccanismi di gioco ancora più rodati, sarà difficile affrontarli. Ad oggi non so ancora che squadra abbia allestito il **Santa Lucia del Mela**, l'altra nostra avversaria del girone».

Idee chiare sulle indicazioni che Russo vorrebbe ricevere da questa fase della Coppa Sicilia. «Saranno due match che ci permetteranno di conoscerci meglio sotto il profilo del gioco in un contesto di gara ufficiale. In tal senso le partite di Coppa prima del campionato servono per prendere confidenza con il campo e rappresentano dei test utili al fine di valutare le condizioni generali di



s
a
S

la notevole mole di lavoro svolta in queste prime settimane sicuramente non mi
brillante dal punto di vista fisico, il nostro obiettivo sarÃ quello di metabolizzare le



Le ragazze del Savio durante un time-out

Categoria

1. Pallavolo

Data di creazione

10 Ottobre 2013

Autore

redazione

default watermark