



La Messana Tremonti prepara il debutto in Coppa Sicilia con lo Jonio Volley

Descrizione

Arriva per la **Messana Tremonti** il momento delle verifiche sul campo. Dopo un mese abbondante di intensa preparazione in palestra, la compagine guidata in panchina dall'allenatore **Giovanni Pastone** Ã¨ attesa nel fine settimana dall'avvio della fase a gironi di **Coppa Sicilia**. Domenica (ore 17) alla Palestra Juvara Ã¨ di scena lo **Jonio Volley**. Per le atlete in maglia arancio blu si tratta della prima uscita sul campo in assoluto: in queste settimane di preparazione si Ã¨ infatti privilegiato il lavoro di potenziamento fisico e muscolare finalizzato al raggiungimento di una condizione fisica ottimale per l'inizio del campionato. Non sono state disputate amichevoli e soltanto da pochi giorni si Ã¨ iniziato a lavorare con il pallone.



Il tecnico della Messana Tremonti
Giovanni Pastone

La partita con lo Jonio Volley e quella in programma il 18 con il **Savio** rappresentano due test per saggiare il livello di condizione delle atlete ed allo stesso tempo consentirgli di ritrovare le sensazioni con il clima agonistico. Mister Pastone intende sfruttare le due partite di Coppa per provare diverse



si prevedite ampie rotazioni in campo per le atlete della rosa anche perché
l'allenatore messinese vuole rendersi conto della condizione fisica del gruppo.

«*Andare ad affrontare la prima uscita stagionale – sono le parole del tecnico del Messana Tremonti – non ci sono aspettative particolari di risultato ma sono curioso di vedere le ragazze come risponderanno sul campo al duro lavoro di preparazione fisica svolto in queste settimane. Si è lavorato in modo particolare sotto il profilo atletico per arrivare ben preparati all'inizio del campionato. La partita di coppa ci servirà per ritrovare il contatto con il campo di gioco e l'adrenalina che solo una partita ufficiale può dare».*

Pastone prosegue nella sua disamina della vigilia con fiducia e curiosità. «*Per la Messana Tremonti si tratta a tutti gli effetti della prima partita, non sono state fino ad oggi sostenute amichevoli anche per una nostra precisa volontà. Nel corso degli allenamenti settimanali si è dedicata maggiore attenzione alla cura dei vari fondamentali. In questo momento per noi la priorità resta quella di consentire al gruppo di amalgamarsi e alle atlete di trovare il giusto feeling. Da questo punto di vista direi che i risultati si stanno iniziando a vedere e sono contento del gruppo che, giorno dopo giorno, si sta dimostrando sempre più coeso».*

Categoria

1. Pallavolo
2. Serie C Femminile

Data di creazione

4 Ottobre 2014

Autore

fstraface

default watermark