

L'AssiturPlanet Cz lavora duramente in vista dell'inizio del campionato

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti



CATANZARO, 23 SETTEMBRE 2013- In attesa dell'esordio in campionato previsto per la prima domenica di Ottobre, prosegue senza intoppi la preparazione fisica e tecnica dei ragazzi dell'Assitur Planet Basket Catanzaro. Sotto la guida dello staff tecnico, capeggiato dal coach Fabrizio Tunno, il roster al gran completo sta sudando le proverbiali sette camicie per cominciare la stagione con il piede giusto.

Ed allora doppia seduta di allenamenti per i giallorossi, in mattinata protagonisti di una sessione di palestra presso la struttura "Venice Club" di Catanzaro Lido, nella quale, sotto gli occhi attenti del trainer Walter Varano, Cattani e compagni dedicano alcune ore agli esercizi fisici e di propriocettiva. Protagonisti di questa fase di allenamento sono le attrezzature d'avanguardia della palestra catanzarese, nonché esercizi personalizzati per ciascun atleta, appositamente creati da Varano. Il pomeriggio si riprende a sudare, stavolta sotto la direzione di un ottimo preparatore atletico, quale é il prof. Giorgio Scarfone, da anni responsabile di questo delicatissimo ed importante settore per l'Assitur Planet CZ. Gradoni, corse in pineta, lavori presso l'incantevole piscina del villaggio "Porto Rhoca" di Squillace, vengono alternati per non rendere mai monotono un lavoro già di per se estremamente pesante.

Tuttavia il gruppo, al quale si è aggregato pochi giorni fa il nuovo acquisto Giacomo Sereni, sta

rispondendo nel migliore dei modi. Infatti, oltre a qualche normale acciaccio dovuto agli importanti carichi previsti, non si segnalano ulteriori problematiche fisiche di rilievo.

Infine, sul parquet del Poligiovino, splendida struttura dell'Amministrazione Provinciale di Catanzaro che anche quest'anno sarà la casa dell'Assitur Planet, spazio alla parte più squisitamente tecnico tattica, sotto la guida di coach Tunno e del preziosissimo assistente Antonio Ceroni, per oliare i meccanismi ed affilare le armi in vista dell'imminente inizio della stagione, con la speranza che ogni goccia di sudore spesa in questi giorni possa aiutare a dare un sorriso in più a tifosi ed appassionati. [MORE]

(Notizia segnalata da **Ufficio Stampa Assitur Planet Basket Catanzaro**)

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/l-assiturplanet-cz-lavora-duramente-in-vista-dell-inizio-del-campionato/49864>

