



Stage pre-mondiale in Giappone per gli azzurri. Fa eccezione Giuffrida

14 agosto 2018 - Milano

Francesca Milani, Odette Giuffrida, Edwige Gwend, Carola Paissoni, Andrea Carlino, Matteo Medves, Fabio Basile, Antonio Esposito, Nicholas Mungai. Sono questi nove atleti che saliranno sui tatami a Baku in occasione del campionato del mondo dal 20 al 27 settembre. L'annuncio è un'anteprima anche se la scelta definitiva è stata fatta dopo il Grand Prix a Zagabria, un paio di settimane fa, torneo con il quale la direzione tecnica ha scelto di promuovere anche Andrea Carlino e Francesca Milani, che sono stati aggregati quindi alla squadra per i mondiali partita domenica scorsa per il Giappone. Un allenamento, quello nella terra del Sol Levante, pianificato da tempo tant'è che il Direttore Tecnico Nazionale Kyoshi Murakami ha anticipato l'arrivo della squadra per occuparsi dei dettagli e la messa a punto di un lavoro che ha lo scopo di arrivare all'appuntamento iridato nella forma ideale.

Odette Giuffrida: lavoro differenziato in vista dei Mondiali

IMPRESINDIBILE Il programma prevede un lavoro specifico ad alta intensità, dieci giorni a Tsukuba e poi una settimana a Fujieda. Partner numerosi e diversi, una modalità di 'randori' che favorisce la ricerca dell'attacco, stimola la resistenza alla fatica, insomma, attiva all'ennesima potenza tutti i sensori del judoka. "Il Giappone è per me una tappa imprescindibile nella mia preparazione. - ha detto Matteo Medves - Ogni volta che ci sono andato, sono sempre ritornato con un tassello in più, migliorato. Fisicamente, tecnicamente o mentalmente, ma al rientro mi sono sempre sentito che qualcosa girava meglio di prima. Ho sempre tanta voglia di imparare! in questo sport non si smette mai di crescere".

DIFFERENZIATO Ha fatto eccezione Odette Giuffrida, la sola della squadra per Baku a non essere andata in Giappone. Il motivo? "Il problema alla spalla ci ha portato a condividere un programma differenziato per Odette - ha detto Dario Romano, coach e coordinatore delle squadre nazionali - infatti ha gareggiato a Budapest e non a Zagabria. Ci siamo fermati in Ungheria e rimaniamo fino il 16 al Training Camp a Tata, poi dal 22 al 25 si va in ritiro ad Ostia, quindi dal 27 allo Stage Fijlkam a Lignano, perché i carichi di lavoro del Giappone sono inadatti all'attuale condizione della spalla di Odette. E così abbiamo costruito un percorso alternativo per arrivare al mondiale in forma. Lo so - conclude Dario Romano - staccarsi dal gruppo non è mai opportuno, la forza dello stare insieme è impagabile ed insostituibile, ma questa volta non c'era alternativa per mettere tutti nelle migliori condizioni".

NON SI SGARRA E se le condizioni degli atleti devono essere le migliori, dal Grand Prix a Budapest è arrivato anche un altro segnale molto importante. Il judogi deve essere delle giuste dimensioni. Non si sgarrà! Questo è stato messaggio dato a Budapest con una modalità chiara, cristallina ed intransigente. Se ne sono resi conto con impietosa regolarità gli atleti che, nelle tre giornate di gare, si sono ritrovati numerosi a combattere senza assistenza del tecnico (come impone il regolamento) e senza judogi 'personale', lasciato ai box perché non conforme. È stata alta davvero la percentuale dei 'cambi judogi' imposti dai controllori del torneo ungherese e sono state davvero tante le sedie che i tecnici hanno dovuto lasciare vuote durante i match dei loro atleti. Meglio pensarci per tempo!

Enzo de Denaro

© riproduzione riservata