Pallanuoto, A1. L'Ortigia verso l'esordio in campionato, Giannouris: "Ripartiamo dal buono fatto a Ostia"

A poco più di due settimane dall’inizio della nuova stagione di A1, il Circolo Canottieri Ortigia continua la preparazione dopo la tre giorni di Coppa Italia giocata a Ostia. Archiviata l’eliminazione dal trofeo nazionale, il sette biancoverde si rituffa nella preparazione cosciente delle buone basi messe in mostra nella piscina del Centro Federale.

La squadra è ritornata ad allenarsi alla piscina “Paolo Caldarella” intervallando anche sedute in palestra. Tutti a disposizione i giocatori e grande attenzione alla visione dei filmati delle partite di Coppa.

«Ripartiamo dalle cose buone fatte a Ostia – sottolinea Yiannis Giannouris tecnico dell’Ortigia – e lavoriamo per correggere alcuni errori. La difesa ha già mostrato un buon approccio alla partita e da qui ripartiamo. Ma, mentre difendere è più semplice perché significa “distruzione” del gioco avversario, dobbiamo riuscire a imporre una migliore costruzione in fase offensiva.

La squadra ha risposto, nonostante la ancora precaria condizione. Ora lavoriamo in vista del campionato e potremo spingere di più sulla forma fisica senza tralasciare, però, gli aspetti tecnici.»

Tecnica e condizione fisica sono al centro del programma di allenamenti che la squadra sta seguendo. Ora si cerca di incrementare il ritmo partita, quindi la parte agonistica.

In fase di definizione, proprio per questo, un torneo precampionato con le altre squadre siciliane.