

Venerdì 09 Novembre 2007 SPORT Pagina 47

VOLLEY/A2. IL PREPARATORE ATLETICO MASSIMO MERAZZI SI DICHIARA SODDISFATTO DEL LAVORO SVOLTO IN PALESTRA

Marmi Lanza: ottimi atleti E la benzina c'è Olieman e Janic, lavoro al Centro Bernstein

«Una sosta preziosissima: ci dà l'occasione di sistemare qualcosina a livello individuale senza l'assillo della partita. Possiamo approfittarne per ricaricare le pile e fare ciò che ogni tanto viene "trascurato" perché incombe la gara». E' la settimana di Massimo Merazzi, il preparatore atletico della Marmi Lanza. Ed è una settimana diversa per i giocatori, «impegnati nei richiami a livello fisico», ma anche portati «in piscina per un lavoro in acqua che non dia stress alle articolazioni, poco indicato quando si è vicini ad una partita». Merazzi si dice «quasi soddisfatto del lavoro svolto». «Metto il quasi - spiega - perché non posso trascurare che ci siano stati due infortuni con Janic e Olieman. Quello dell'olandese ha una grossa componente di sfortuna, visto che è arrivato sulla ricaduta da un salto. Anche quello di Janic ha una componente di sfortuna, ma da parte mia, per la mia sensibilità, mi pongo degli interrogativi». In ogni caso «c'è soddisfazione per come lavorano i ragazzi». E sulla qualità degli stessi. «I giocatori con più stagioni alle spalle - conferma Merazzi -, come Botti e Gato, sono dei signori atleti. Botti è, in assoluto, quello che salta di più. Ed ha 34 anni. Gato ha costruito sul suo fisico, oltre che sulla tecnica, la sua carriera: dieci mesi fa ha subito un grosso infortunio ed ora è un giocatore pienamente recuperato. Questo è un gruppo sano. Per quanto riguarda i giovani, sono convinto che se li imposti bene al lavoro, danno una buona risposta. Imparare a lavorare bene a vent'anni è come stipulare un'assicurazione sulla vita. Un giocatore che cresce tecnicamente e tatticamente, non può fare a meno di un corpo come si deve».

La Marmi Lanza, intanto, ha dimostrato di «avere una buona benzina». «La tenuta - avverte Merazzi - la costruiamo, soprattutto, giocando due ore e mezzo in allenamento e Zanini è un allenatore che presta grande attenzione a far sì che l'allenamento con la palla sia significativo per un forte condizionamento fisico».

Alla Marmi Lanza l'obiettivo «è un rendimento costante che duri per tutta la stagione». «Un picco di forma - spiega Merazzi - lo vai a ricercare, eventualmente, per un'eventuale finale di Coppa Italia, o per i play off, o, se sei in corsa per vincere la regular season, nelle ultime partite. Noi siamo abbastanza in equilibrio: abbiamo raggiunto una condizione che può essere standard per una stagione intera. Firmerei per averla così per tutto il campionato, riservandomi di inserire e gestire i picchi».

Massimo Merazzi, infine, parla di «ottimo feeling con Barbara Calcinoni». «Ritengo una fortuna - conclude - avere vicino una terapeuta molto preparata e disponibile». Janic e Olieman stanno svolgendo la riabilitazione post infortunio al Bernstein Lab-Laboratorio di biomeccanica funzionale. Giorgio Pasetto spiega: «Gli atleti vengono sottoposti ad programma riabilitativo. La prima fase riguarda la laserterapia; la seconda fase, appena possibile, prevede la rieducazione in piscina e poi la rieducazione in palestra; la terza fase proseguirà con il recupero muscolare, dell'equilibrio e del gesto atletico».

Anteprima Volley. Sono ospiti Giacomo Bellei e Daniele Sottile. Conduce Marco Ballini su Radio RCS (98.6-101.5) oggi (ore 17,55) e domani (ore 13,30).

