

PALLANUOTO A1 Il preparatore atletico Nicola Agosti svela alcuni segreti della magica stagione dei partenopei

## «Canottieri, gruppo straordinario»



Nicola Agosti, preparatore atletico del Circolo Canottieri Napoli

### di Fabrizio Meglio

**NAPOLI.** È stato uno dei segreti vincenti della magica stagione della Canottieri Napoli, meraviglioso collettivo che ha vinto il campionato di A2. Nicola Agosti è il preparatore atletico della squadra che ha guadagnato l'accesso al massimo torneo nazionale d'Italia, sottoscrivendo un capolavoro tecnico della pallanuoto nostrana realizzato insieme all'allenatore Paolo Zizza, al presidente Edoardo Sabbatino, ai vice presidenti Tizzano e Lemmo e tante altre figure che hanno lavorato sodo. Agosti ha messo al servizio della Canottieri la sua grande esperienza, e soprattutto metodologie di lavoro che nel corso del tempo hanno dato frutti prelibati. Una stagione magica per la Canottieri, con segnali positivi che arrivavano sin dall'inizio dell'annata: «Sin dall'inizio sembrava una stagione benedetta, questo è un risultato figlio dei diversi anni di lavoro e della programmazione, ma quest'anno c'era qualcosa in più, una spinta emotiva e spirituale strepitosa. Ad ogni alle-

namento c'era tanta positività, alla fine credo sia stato questo a fare la differenza». Nicola Agosti adora lo sport nelle sue mille sfaccettature, curando aspetti fisici e psicologici nel dettaglio. A riguardo Agosti sembra non ricordare momenti duri nella stagione dei partenopei: «Scoramente non l'ho mai visto, per vincere devono confluire una serie di elementi e l'aspetto mentale è dominante. Quando abbiamo perso ne abbiamo parlato, chiarendo i motivi della sconfitta e questo è un altro nostro segreto. Siamo un grande gruppo». Senza proclami, la Canottieri ha sempre creduto nell'impresa: «Il nostro motto - rivela Agosti - era "non succede, ma se succede saremo lì" pronti. Questo successo è figlio anche del grande rispetto che tutti avevano nei confronti dei colleghi. Ognuno di noi aveva un ruolo con determinate caratteristiche, e nessuno ha mai prevaricato gli ambiti altrui. Questo avviene negli ambienti vincenti. Coach Zizza ha dato responsabilità a ognuno dello staff senza mai interferire nel lavoro degli altri. Per quanto ri-

guarda la preparazione atletica, nello sport la metodologia è chiara, non come la periodizzazione, ossia quando lavorare sulla quantità e quando sulla qualità. Durante la stagione ho sempre monitorizzato lo stato di forma dei ragazzi per evitare affaticamente, infatti siamo arrivati al top proprio nella fase finale e decisiva». Agosti e lo sport, un binomio inscindibile: «Sono preparatore atletico anche di calcio, probabilmente accetterà la proposta del Terracina Calcio ma non abbandonerò la Canottieri Napoli che resterà ed è la mia priorità». Dove può arrivare la Canottieri nella prossima stagione? Agosti svela: «Se prosegue questo entusiasmo che si è creato, e con due o tre innesti che spetterà al mister inquadrare, col vivaio che abbiamo credo che ci divertiremo, così come i nostri tifosi. I giovani Morelli, Velotto, Biagio Borrelli ed Esposito sono i nostri cavalli di battaglia, ma una citazione particolare la merita il capitano Buonocore. Dopo aver vinto tanto in carriera è tornato al Circolo con una voglia matta di lavorare e far bene. In tanti anni di carriera non ho mai visto un capitano con le sue qualità. È un signore, un combattente, un vero leader. Una persona dalle grandi qualità e molto spirituale». Agosti, chiosando, ci tiene a ringraziare tutto lo staff della Canottieri Napoli: «Grazie al presidente Sabbatino, a Morelli e Zizza che hanno creduto in me, così come voglio ringraziare i soci del Circolo che si allenano con me. Nota di merito anche al mio collaboratore Ivan Milone, credo sia stato fondamentale per tutti. Ora ci attende una nuova stagione che ci chiamerà ad un più duro lavoro, diverso da quello effettuato quest'anno. Saremo pronti».