



C. C. NAPOLI
domenica, 17 maggio 2020

C. C. NAPOLI
domenica, 17 maggio 2020

C. C. NAPOLI

16/05/2020	ilmattino.it	<i>Gianluca Agata</i>	3
<hr/>			
17/05/2020	Il Messaggero Pagina 8		4
<hr/>			
17/05/2020	Il Mattino Pagina 8		5
<hr/>			
PISCINE			

Federica Pirozzi in collegiale a Verona con la Pellegrini, Pizzini e Zofkova

Gianluca Agata

La ripresa è graduale. Il 18 maggio è prossimo e il ritorno alla normalità inizia a scorgersi. Gli azzurri, in conformità alle vigenti norme legislative che hanno consentito la ripresa degli allenamenti individuali degli atleti di interesse nazionale, stanno progressivamente tornando in acqua. Per il momento gli unici obiettivi sono gli allenamenti, perchè è importante ripristinare lo stato di forma, fisico e mentale. Una preparazione tecnica ancora più difficile considerato lo stop lungo e anomalo a cui tutti hanno dovuto sottostare. E Stefania Pirozzi è convocata dal 18 al 26 maggio, in qualità di atleta aggregata, per l'allenamento collegiale in corso presso il Centro Federale di Verona. La campionessa italiana dei 200 delfino, che difende i colori delle Fiamme Oro e del Circolo Canottieri Napoli, in realtà ha già cominciato a fare qualche bracciata in una piccola piscina privata. L'obiettivo è quello di riprendere il percorso interrotto a marzo che aveva come obiettivo la qualificazione alle Olimpiadi di Tokyo, la sua terza personale. Nel collegiale, diretto dal tecnico federale Matteo Gionta, con l'assistenza del medico di squadra Tiziana Balducci e dei fisioterapisti Marco Morelli e Paola Moreschi, sono già impegnati Federica Pellegrini, Luca Pizzini e Carlotta Zofkova. © RIPRODUZIONE RISERVATA



È possibile giocare a calcetto con gli amici?

Assolutamente no. Gli sport di squadra - per i rischi legati al contatto fisico inevitabile - sono ancora tra quelli che restano alla finestra. Non solo gli appassionati di calcio, calcetto o calciotto, dunque, ma anche quelli volley, basket, rugby e pallanuoto dovranno pazientare in attesa di tempi migliori. Una data per la ripresa ancora non c'è. La stessa sorte tocca ai praticanti degli sport individuali da contatto.



PISCINE

Riapriranno i corsi di nuoto per bambini? Certo, anche se con regole molto diverse per ogni età. L' istruttore sarà fuori dall' acqua, quindi per i piccoli da 3 mesi a 3 anni sono obbligatori un genitore in acqua e 10 mq di spazio per ogni coppia. Per i bimbi più piccoli obbligo del pannolino. Oltre i 3 anni bastano 7 mq per bambino e l' asta flessibile sostituisce il genitore. Tra i 3 e i 6 anni, un istruttore ogni 5 bambini. Per i più grandi uno ogni 7. Si riparte il 25 maggio.

