

IVG

Tennistavolo: Matteo Orsi ha ripreso gli allenamenti con la Nazionale paralimpica

di **Redazione**

02 Luglio 2020 - 23:40



Savona. Dopo l'intensa attività svolta online durante la quarantena, sono ripresi nel pomeriggio di venerdì 5 giugno **gli allenamenti in palestra della Nazionale paralimpica al centro federale di Lignano Sabbiadoro**, che dureranno **fino a domenica 12 luglio**.

Gli atleti Michela Brunelli ed Elia Bernardi (Tennistavolo Castel Goffredo), Carlotta Ragazzini e Giada Rossi (Lo Sport è Vita Onlus), Elena Elli (Tennistavolo Gallarate), Andrea Borgato (Gruppo Sportivo Fiamme Azzurre), Federico Crosara, Federico Falco e Alessandro Giardini (Fondazione Bentegodi), **Matteo Orsi (Tennistavolo Savona)**, Lorenzo Cordua (Frudent Group Cus Torino), Amine Kalem (Tennistavolo Romagnano) e Matteo Parenzan (Sportni Krozek Kras) sono stati convocati dal direttore tecnico Alessandro Arcigli, che li sta seguendo con il tecnico Donato Gallo e gli sparring Massimo Pischiutti (Rangers TT San Rocco) e Vladislav Sorbalo (Alfieri di Romagna TT Edera).

A parlare è **Alessandro Arcigli**.

La tanto attesa ripresa è arrivata?

“Eravamo stati gli ultimi a lasciare il Villaggio Bella Italia il 5 marzo e saremo i primi a rientrare. Saremo operativi in Sala Azzurra, in preparazione non più delle Paralimpiadi, che sono state rinviate al 2021, ma del torneo di qualificazione, che sarà la prima gara che vedrà i pongisti paralimpici di tutto il mondo ritrovarsi insieme a inizio 2021 a Lasko, in Slovenia. I due finalisti di ogni classe dovrebbero andare ai Giochi”.

Quali modifiche subirà il programma?

“Invece che a breve termine imposteremo un lavoro a medio-lungo, perché i cinque qualificati a Tokyo, Brunelli, Rossi, Borgato, Falco e Kalem potranno concentrarsi su settembre 2021, e i cinque che parteciperanno al torneo di qualificazione, Ragazzini, Crosara, Orsi, Parenzan e Cordua, avranno sette mesi per avvicinarsi all’evento. Non dovremo dunque inseguire gli appuntamenti agonistici, ma potremo programmare con la necessaria serenità”.

Sarà una “total immersion” in palestra?

“Ci attende un periodo intenso fino al 12 luglio e poi torneremo qui il 18 agosto, per fermarci fino a fine anno. Ci dedicheremo all’allenamento, senza aver bisogno di periodi di scarico, pre o post gara. Come tecnico sono felice di poter operare con i tempi giusti, anche se mi rattristano terribilmente le motivazioni che hanno indotto questa situazione”.

Su cosa verteranno le sessioni?

“Ci sarà molto lavoro quantitativo per i già qualificati e uno più tecnico per gli altri cinque. Al Centro Federale saranno presenti anche altri atleti che si sono sempre allenati con noi. Per tutti ci sarà spazio per l’acquisizione di nuove gestualità tecniche e per altri aspetti ai quali spesso non si riesce a rivolgere un’attenzione sufficiente, sotto la pressione delle scadenze agonistiche”.

Quanto è importante poter contare su molti pongisti con caratteristiche differenti?

“È fondamentale, perché in questo modo gli atleti di vertice possono confrontarsi con persone che abbiano colpi, materiali, tattiche e stili di gioco diversi e alzare, in questo modo, il loro livello tecnico. Il nostro è uno sport individuale, ma noi lo abbiamo sempre interpretato nell’ottica della squadra, all’interno della quale ognuno ha il suo ruolo. Qualcuno emerge maggiormente oggi e altri magari si distigueranno in futuro”.

Quante sedute svolgerete?

“Due al giorno dalle 9,30 alle 12,30 e dalle 16,30 alle 19,30, probabilmente con mezza giornata di riposo alla settimana. Al mattino faremo 30 minuti di servizi e due ore e mezza al tavolo e al pomeriggio ridurremo di un’ora il lavoro al tavolo e Donato Gallo coordinerà la preparazione fisica”.

Saranno i primi allenamenti con l’obbligo di rispettare le misure atte a garantire la sicurezza. Come vi comporterete?

“Per tutto il periodo di permanenza a Lignano non interagiremo con nessuno. Avremo una sala tutta per noi per colazione, pranzo e cena, con un tavolo a disposizione di ogni persona, un percorso esclusivo per salire in camera e scendere e una sala di allenamento totalmente svincolata dal resto del villaggio. Tutti i convocati dovranno presentare preliminarmente il modulo di autocertificazione, debitamente compilato e firmato. Ci sarà l’obbligo delle mascherine in tutte le aree comuni e di disinfettarsi le mani prima di entrare e uscire nel Palazzetto, nella Sala Azzurra e nel ristorante. Ognuno dormirà in camera singola”.

E in palestra?

“Si effettueranno i servizi sempre nella stessa zona e, possibilmente, non ci si sposterà in un altro tavolo. Qualora dovesse accadere, puliremmo il tavolo prima di utilizzarlo. Ognuno userà sempre gli stessi attrezzi per la preparazione fisica. I due sparring si siederanno sempre sullo stesso pallone e i raccattapalle saranno sempre gli stessi. Il protocollo dalla FITeT sarà rispettato alla lettera. Personalmente responsabilizzerò ogni atleta prima d’iniziare l’attività sulle misure da mettere in atto per limitare/eliminare ogni fattore di rischio. L’attenzione, come si può capire, sarà assoluta”.