



Dascola: “Bevis copre 12 km a gara. I nostri segreti? Dati gps, Celeste e Coria”

## Descrizione

**Lorenzo Dascola** è il preparatore atletico del **Fc Messina**, costretto in tempi di lockdown a gestire il suo gruppo a distanza: *“È una sosta senza precedenti, una situazione anomala che inizialmente pensavamo durasse tre settimane mentre ora si è preso coscienza che il problema è molto più serio. I ragazzi si allenano sei giorni su sette e lo hanno fatto anche l'1 maggio. Continuiamo a farlo anche se dopo due mesi è un po' pesante psicologicamente e c'è chi come Bevis, **Geran** e **Gille** è rientrato in Francia”*.

La ripresa del campionato sembra infatti sempre più lontana: *“È difficile che la D possa riprendere. Temo che non ci saranno le condizioni per garantire la **sicurezza** richiesta dalle norme. Spero che Figc e Lega diano una risposta chiara e definitiva. In assenza di indicazioni, i ragazzi si allenano con serietà, rispettando il programma che gli inviamo quotidianamente. Il capitano mi sollecita sul gruppo WhatsApp, sono ragazzi fantastici e disponibili”*.



Bevis e Coria celebrano un gol dell'argentino (foto Giovanni Chillemi)



S...esse finalmente svanire in tempi brevi, quanto tempo ci vorrà per rivedere una...e si dovesse riprendere ci vorrebbero almeno tre settimane, meglio quattro. A...in serio rischio di **infortuni**. Tra la fine di una stagione e l'inizio della successiva non c'è mai una pausa così lunga. Al di là della professionalità, stanno effettuando soltanto esercizi a carico naturale, senza **palestra**. Lavorano su forza e potenza aerobica, ma mancano **ritmo gara** e contatto con la **palla**. Un conto è allenarsi, un altro giocare, come **squadra** soprattutto”.

Dascola è arrivato in estate a Messina con mister **Costantino**: “Devo ringraziarlo per avermi portato qui. Non avevamo lavorato assieme, ma tramite amici comuni in Calabria avevamo seguito alcune partite di Lega Pro. Ho accettato subito, considerata l'importanza della piazza. Il futuro? Abbiamo iniziato a parlarne ma ovviamente in questo momento anche il presidente non può impegnarsi. Sarebbe bellissimo rimanere, ma nel calcio non c'è mai nulla di scontato e tutto può cambiare in fretta”.



Il tecnico Ernesto Gabriele (foto Giovanni Chillemi)

In carriera ha lavorato tra C, D e vivai: “Sono stato nel settore giovanile della **Reggina**, ho fatto tanta Eccellenza, ero nell'**Hinterreggio** con **Crucitti** e **Ancione** nell'anno della vittoria della D e poi in Seconda Divisione con **Di Maria**, dove mi occupavo del recupero degli infortunati. Affrontammo l'**Acr Messina** di **Cucinotti**, con **Martorano** presidente. Era una D simile a questa, anche perché all'epoca era la quinta serie e non la quarta serie”.

In giallorosso ha trovato uno staff molto qualificato: “In Sila ho conosciuto mister **Gabriele**, con cui siamo in grande sintonia, avendo idee e metodologie di allenamento simili, il suo vice **Grabinski**, un professionista con cui ho legato spontaneamente, il preparatissimo match analyst **Cucinotta** e l'allenatore dei portieri **Mazzola**. Non lo dico per piaggeria, ma è uno staff giovane, di livello, che vuole emergere. I risultati parlano chiaro: i dodici risultati utili in quindici gare non sono un caso”.



Giuffrida con la pettorina per monitorare le prestazioni (foto Andrea Rosito)

Dascola è molto soddisfatto del rapporto che si è creato con lo spogliatoio: *“Sono stati tutti disponibili, da **Giuffrida** e **Carbonaro** agli under, tutti di prospettiva, fino agli stranieri. Mi ha impressionato soprattutto l’umiltà di **Coria**. Ha vinto un campionato in Argentina ma è un esempio per tutti. Quando è stato sostituito dopo pochi minuti per l’espulsione di **Fissore**, non ha fiato ma ha sostenuto i compagni dalla panchina. Lontano dalla famiglia, si è allenato per mesi in attesa del transfer. Non a caso ha poi offerto un esordio super, con due grandi giocate. Peraltro per lui la D è complicata: soffre il poco possesso e i tanti lanci, ma corre tanto. Credo che in una C lo apprezzeremo ancora di più”*.



Carbonaro nel corso del riscaldamento con la pettorina per i dati Gps (foto Giovanni Chillemi)

Un aiuto fondamentale per il Fc è arrivato poi dalle pettorine che rilevano i **dati Gps** dei calciatori: *“Per averle subito in ritiro il club ha effettuato un investimento notevole, con una società svizzera. Sono miniaturizzate e ci consentono di monitorare tutto: picchi di **velocità**, accelerazioni, decelerazioni, **potenza metabolica** e **heat map**, ovvero le zone più coperte. Chi corre di più? **Bevis**, copre tra gli undici e i dodici km a partita, con grande costrutto”*.



Il più tecnologico ma anche l'aspetto emotivo continua a contare tantissimo: *“...no che da quando ci siamo spostati al **“Celeste”** sono aumentate voglia e in stadio si respira un'altra aria. A **Giammoro** ci siamo trovati bene, ma abbiamo sofferto il fondo pesante. E ovviamente il contesto esterno non è paragonabile”.*



Il preparatore Lorenzo Dascola osserva i suoi ragazzi nel riscaldamento (foto Marco Familiari)

Il quarto posto a -1 dal Giugliano è un ottimo traguardo per un club neonato, che non è stato particolarmente fortunato: *“Abbiamo subito un solo vero infortunio muscolare, che **Dambros** si portava da Trapani. Poi invece solo traumi, alcuni inusuali, come la mandibola di **Melillo**, le fratture alla mano di **Carrozza** e **Correnti**, il dito e la spalla di **Marchetti**. Contrattempi che non capitano spesso e che sono stati peraltro molto fastidiosi”.*

## Categoria

1. Calcio
2. Serie D

## Data di creazione

2 Maggio 2020

## Autore

fstraface