



Clc Messina, Solano: “Salute prioritaria, giusto fermarsi. Studio per crescere”

Descrizione

Alessio Solano, giocatore del **Clc Messina Rugby** che milita in serie B, ci racconta come sta vivendo questi due mesi di isolamento in casa per la pandemia. *“Come tutti, evito di uscire, tranne che per comprovate necessità. Tramite le chat mi tengo in contatto con amici e compagni di squadra. Cerco, inoltre, di mantenermi in forma attraverso una serie di esercizi fisici che ci ha assegnato il nostro preparatore **Gianclaudio Bonasera**. Trascorro molte ore sulla cyclette e faccio pesi con i manubri che ho in casa. Il palazzo in cui vivo dispone di un cortile, dove ogni tanto mi concedo qualche giro di corsa. La stagione è finita ma voglio compensare l’accumulo di grassi in eccesso, anche perché a volte non riesco ad evitare qualche peccato di gola”*.

Didattica a distanza per tutti gli atenei e Solano si prepara in vista dei primi esami. *“Studio **fisioterapia**, sono al primo anno, con le **lezioni online** non ho riscontrato problemi, in settimana finiremo il semestre e tra maggio e giugno dovremmo sostenere la sessione di esami”*.



Alessio Solano si prepara a calciare una punizione

Alessio sposa in pieno la linea di condotta adottata dalla **Federugby**, la prima federazione italiana a fare scendere il sipario su tutti i campionati con il relativo blocco di **promozioni** e **retrocessioni**. *“Penso sia stato corretto decidere di chiudere in anticipo i campionati: prima va salvaguardata la salute delle persone e dopo si può pensare allo sport. Un po’ di amaro in bocca rimane, con un girone di ritorno caratterizzato da tanti incontri casalinghi avevamo ottime carte da giocare per risalire la china, anche perché l’attuale penultimo posto non credo che rifletta il reale valore della squadra. Inoltre*



a
fi
q
c

are sul recupero di alcuni elementi che erano rimasti fermi ai box per problemi
el girone di andata. Insomma, c'erano i presupposti per fare bene ma di fronte a
si poteva fare diversamente. Adesso speriamo quanto prima di poter tornare a
sul rugby".



L'organico della Clc Messina Rugby al
gran completo

Solano si mostra lucido e onesto nell'analizzare il suo rendimento nel corso del campionato. *“Non è stata una delle mie stagioni migliori, penso che mi sia mancata un po' di continuità. Su questo aspetto devo continuare a lavorare perché posso migliorare tanto con gli allenamenti e il lavoro in campo”.*

Per l'apertura messinese non soltanto impegni da atleta, ma anche una carriera da futuro tecnico, per la quale sta muovendo i primi passi. *“Ho iniziato la stagione precedente come assistente nelle fasce di età più piccole. Quest'anno ho condiviso con Bonasera la gestione tecnica dell'**Under 16**. È stata un'esperienza molto importante per la mia formazione: per la prima volta mi sono trovato a valutare le diverse situazioni non dal punto di vista dell'atleta, ma da quello ancora più complesso del tecnico”.*



Ancora Alessio Solano del Clc Messina
Rugby in azione

Inevitabile un bilancio della stagione: *“Abbiamo avuto la fortuna di lavorare in questi mesi con un bel gruppo, molto affiatato dentro e fuori dal campo, che si allena con impegno e non pochi sacrifici. Le prime giornate del girone élite ci avevano fornito riscontri importanti, le prime due partite le abbiamo giocate sullo stesso livello dei nostri avversari. La sconfitta con l'**Experience Aquila** può rivelarsi a mio avviso importante per la crescita dei ragazzi. Ci siamo confrontati contro una compagine che possiede un'organizzazione di gioco superiore alla nostra, senza però rinunciare ad essere propositivi e*



sviluppare il nostro gioco. Segnali di un gruppo che vuole sempre mettersi alla
tempo per migliorare. Sono convinto che senza lo stop avremmo potuto disputare
uscita. Il nostro obiettivo prioritario è la maturazione degli atleti in chiave tecnica e
ta "costante del livello della prestazione".

Categoria

1. Rugby

Tag

1. CLC Messina Rugby

Data di creazione

2 Maggio 2020

Autore

redazione

default watermark