



Russo: “Acr pronto per l’esordio”. Aliperta: “Avvertiamo il peso della maglia”

Descrizione

Terzo giorno di allenamenti in città per l'**Acr Messina**. Il “Franco Scoglio”, come Polla, resta blindato e l'accesso precluso alla stampa locale. Vari protagonisti hanno parlato però ai microfoni dell'ufficio comunicazione del “**Neurolesi**”, che quest'anno assiste il club con un nutrito staff medico.



Il medico dell'Acr Messina Francesco Speciale

Il medico sociale **Francesco Speciale** ha illustrato l'articolato programma di monitoraggio resosi necessario dopo la lunga sosta per il Covid: *“Oltre alle tradizionali visite mediche, abbiamo effettuato un **test cardiopolmonare**, per valutare lo stato di allenamento degli atleti, molto utile in una stagione condizionata dalla pandemia e quindi da una lunghissima sosta. Abbiamo così programmato il lavoro estivo dei ragazzi. Abbiamo lavorato sia a livello preventivo che nella gestione dei traumi e degli infortuni che inevitabilmente si verificano nel corso di un ritiro precampionato”*.

Mentre la squadra fatica sul rettangolo verde del San Filippo, presso il Caren, polo specializzato dell'Irccs per i trattamenti sportivi, l'esterno offensivo **Simone Addessi**, prelevato dalla Cavese, e il terzino **Bruno Cascione**, under reduce da un'annata nel Bari, svolgono attività di recupero con gli specialisti del centro e con l'ausilio di strumenti altamente tecnologici.



Il preparatore atletico dell'Acr Messina
Alessandro Russo

A fare il punto sul lavoro fin qui effettuato e soprattutto su quello in cantiere il preparatore atletico **Alessandro Russo**: *“Questo è il secondo step del ritiro precampionato, dopo la prima fase svolta a **Polla**, dove ci siamo trovati benissimo dal punto di vista logistico, ambientale e strutturale. Lì abbiamo effettuato lavoro di volume, indispensabile per atleti che erano fermi da sei o sette mesi. Adesso, rientrati a Messina, stiamo curando più gli aspetti finalizzati alla singola prestazione, quindi **velocità** e **rapidità**. La squadra lavora a pieno regime, con qualche atleta che si allena a parte, più che altro a livello precauzionale. Domenica **27 settembre** scatta il campionato: contiamo di arrivarci dopo una settimana tipo, in cui lavoreremo in modo specifico sulla partita”.*

A fare gli onori di casa uno degli over più attesi, il centrocampista **Domenico Aliperta**, reduce dalla promozione in C con la Turris: *“Siamo appena arrivati a Messina dopo un ritiro importante a Polla, che ci ha aiutato tanto a conoscerci e mettere un po' di benzina nelle gambe. Iniziamo a sentire l'odore della città e questo stadio testimonia l'importanza della piazza. Stiamo costruendo un bel gruppo e un'ottima squadra. Soltanto adesso, soprattutto i più giovani, iniziano ad avvertire l'importanza della maglia che indossano, che dovremo onorare sempre in ogni partita, restando uniti dall'inizio alla fine”.*

Categoria

1. Calcio
2. Serie D

Data di creazione

15 Settembre 2020

Autore

fstraface