

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Legnano Softball pronto al campionato di A2

Redazione · Tuesday, March 30th, 2021

Dopo un mese di lavoro sul campo, è tempo di bilanci per il **Legnano Baseball e Softball**. Analizziamo con i responsabili dei vari settori lo stato di salute della squadra e le aspettative per il prossimo campionato di A2.

Partiamo con **coach Fernandez**: “Il lavoro sta procedendo molto bene, quest’anno abbiamo più esperienza con una squadra più concentrata e attenta sul lavoro che sta facendo. Stiamo lavorando sulla tecnica pura, in battuta ed in difesa, con particolare attenzione ai dettagli di ogni singolo giocatore. Sarà un campionato molto competitivo, molte delle partecipanti hanno qualità per ambire alla vittoria. Noi come Sacco Legnano vogliamo arrivare ai playoff e cercare di vincerli. Sarà dura ma ci proveremo perché questo è il progetto e questo la nostra storia ci chiede di provare a fare. Abbiamo cinque lanciaatrici stanno lavorando senza sosta perché l’assenza di Ben Karim si senta il meno possibile. Ho fiducia in loro e nella squadra”.

Proseguiamo con **Stefano Frassine, responsabile area medica e fisioterapia**: “Il 2020 è stato un anno complicato sia per il numero che per la qualità degli infortuni che abbiamo avuto, completamente fuori statistica considerati gli ultimi anni. Per questo motivo, durante la off-season la stagione 2020 è stata oggetto di profonda valutazione nel tentativo di capire quali sono stati gli errori commessi e come evitarli. E’ nata la decisione di portare progressivamente il numero di allenamenti a 4 con un aumento del 50% di tempo da dedicare alla parte fisico-atletica. Da oramai diversi mesi Carlotta Andorno ha recuperato la quasi totalità delle attività della vita quotidiana e questo, considerata la gravità della lesione, è davvero un risultato enorme. Al momento le cose stanno andando abbastanza bene dal punto di vista fisico, lascio a coach Hernandez il giudizio tecnico. Certamente la strada è ancora molto lunga ed in salita ma stiamo pedalando bene. Carlotta è sul pezzo e siamo molto contenti della situazione attuale. Come responsabile del settore sono molto felice di avere nel gruppo di lavoro due persone nuove, Federica Ballarati ed Alberto Pavan. Conosco Federica da quando aveva cinque anni, l’ho vista crescere, e posso dire che prima di tutto è una persona fantastica, di grande sensibilità e con una spiccata capacità di percepire “l’altro”. Alberto Pavan l’ho avuto come studente durante la mia carriera di Docente Universitario, Laureato in Fisioterapia con ottimi voti sta iniziando ad affacciarsi alla professione con entusiasmo”.

Infine, parola al **preparatore atletico Simone Croci**: “Date l’impossibilità per Covid-19 a potersi allenare in presenza e in gruppo, le ragazze per i primi mesi hanno svolto allenamenti puramente atletici. E’ stato dato loro uno specifico programma da seguire, e a fine settimana si faceva il punto della situazione con ognuna di loro per verificare che il lavoro procedesse nel migliore dei modi. Pertanto quando a fine gennaio abbiamo ripreso con il lavoro in presenza ho trovato di fronte a me

ragazze preparate fisicamente e desiderose di migliorarsi per affrontare al massimo delle proprie capacità il nuovo anno sportivo. Siamo in momento particolare della stagione, gli allenamenti atletici sono stati molto intensi e pesanti. Comprendo che ci siano difficoltà fisiche e mentali e così è normale che sia. L'importante è non arrendersi, farsi forza e cercare di migliorarsi sempre".

This entry was posted on Tuesday, March 30th, 2021 at 6:08 pm and is filed under [Baseball- Softball](#) , [Legnano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.