

Basket Serie A2: il primo bilancio di Fallucca dopo alcuni giorni di preparazione

«La Viola è giovane e motivata Ottimi presupposti per far bene»

Legion oggi dovrebbe partire da Detroit, domani sarà a Reggio

Valerio Chinè
REGGIO CALABRIA

Ultimo aggiornamento dal fronte Alex Legion: oggi potrebbe partire da Detroit, domani dovrebbe arrivare in Italia. Un sospiro di sollievo per tutti e squadra pronta finalmente ad allenarsi al completo, visto che l'assenza del nazionale albanese Celis Taflaj è destinata a perdurare fino alla prima settimana di settembre, dopo le qualificazioni europee.

Ieri giornata più fresca per via della pioggia abbattutasi sulla città dello Stretto, circostanza molto gradita ai giocatori neroarancio, particolarmente provati dal caldo in questa fase. «Si è conclusa la prima settimana – argo-

menta Matteo Fallucca – È stata abbastanza dura, intensa, calda, però definirei anche buono il nostro ritmo, l'intensità, stiamo mettendo sui muscoli tanto lavoro che poi ci servirà nel corso di tutta la stagione. Bisogna stringere i denti e allenarsi il meglio possibile nonostante il caldo e le gambe pesanti».

Sessioni molto lunghe, l'idea di fondo è quella di allenare la vostra resistenza allo sforzo fisico, aspet-

«Difficile fare pronostici prima di cominciare, nei momenti difficili capiremo chi siamo»

to che si propone poi durante la gara?

«Esattamente. In realtà è quello che si ripropone durante la partita, nel corso della quale arrivi agli ultimi cinque minuti con le gambe che rispondono diversamente rispetto ad inizio match. Sei più stanco e appannato mentalmente però è proprio in quel frangente che si vincono le partite tirate, è lì che si fa la differenza. Lavori come quelli che stiamo affrontando, ci allenano su questo aspetto. Ecco perché l'insistenza anche durante la stanchezza, ci prepara a quello che accadrà più avanti».

Dopo Matera e Barcellona, anche per te una stagione del riscatto. Che raffron-

ti possiamo fare rispetto alle ultime due esperienze in A2?

«Fare paragoni non ha senso, ogni stagione è una storia a sé. Credo che qui a Reggio Calabria lo sappiate anche bene dopo l'ultima in cui vi erano grandi aspettative, non si può dire nulla prima di cominciare. Abbiamo una squadra giovane e motivata, siamo tutti molto carichi, ciascuno di noi ha qualcosa da dimostrare. Ci divertiamo e stiamo bene assieme, i presupposti per una buona annata ci sono tutti, poi starà a noi col lavoro quotidiano e in rapporto a come supereremo i momenti di difficoltà, dare l'impronta determinante alla stagione».



New entry. Matteo Fallucca è ottimista sulla stagione della Viola: «Il gruppo è buono, ci divertiamo a lavorare assieme»