

# Gsa, i segreti pedalando con Lardo

In bici al lago di Cavazzo con il coach: «A Gemona un'esperienza bellissima»



I giocatori della Gsa in allenamento al campo di atletica di Gemona

## ► GEMONA

La Pedemontana friulana sta piano piano adottando l'Apu Gsa, in ritiro pre-campionato a Gemona da domenica scorsa. Qui i bianconeri, tra sedute di atletica, piscina, sala pesi e ovviamente primi allenamenti con la palla in mano, stanno riprendendo conoscenza con il parquet, il gioco di squadra e i movimenti fulminei che rendono la pallacanestro unica nel suo genere. Lino Lardo è l'emblema di questa esperienza. Ieri pomeriggio, nell'unico momento di riposo della settimana, ha preso la bicicletta ed è partito in esplorazione alla volta del lago

di Cavazzo, lasciando i suoi giocatori a godersi un po' di relax.

«Stiamo vivendo una bellissima esperienza – racconta pedalando sulla riva –. Gemona si è rivelata un'ottima scelta. Abbiamo a disposizione strutture eccezionali e un albergo molto accogliente. Perfette condizioni per lavorare al meglio».

Gemona non a caso è meta preferita per i campioni dell'atletica sudafricani. Qui, la neo-medaglia d'oro a Rio con record mondiale dei 400 metri piani Wayde van Niekerk si allena dal 2012 e questa sera alle 18.30 a palazzo Boton celebrerà il suo successo con la comunità

gemonese, assieme alla medaglia d'argento nello skeet Chiara Cainero, friulana doc. Lino Lardo e il gm Apu Davide Micalich saranno ospiti illustri: «Alloggiamo nello stesso hotel dei sudafricani, ma finora li abbiamo solo incrociati. Quella di domani (oggi, *ndr*) sarà quindi una splendida occasione per far loro i complimenti».

Intanto, la preparazione della Gsa sta procedendo seguendo piani precisi. Grande lavoro atletico al mattino, effettuato soprattutto sul campo di atletica gemonese, e poi basket giocato al pomeriggio ma con la costante supervisione del preparatore fisico Dario De Conti, il cui compito in questo periodo risulta fondamentale. Inoltre, il grande obiettivo della settimana è di amalgamare i tre nuovi acquisti con il gruppo dell'anno scorso, in particolare i due americani. Lardo, continuando a pedalare, ci spiega a che punto sono: «Delegal è esattamente ciò che ci aspettavamo. Fin da subito ha sprigionato tutta la sua energia e voglia di fare. È sempre davanti al gruppo. Dovremo aspettare del tempo affinché capisca l'intero sistema di gioco e le regole di basket europee, ma il suo grande entusiasmo è coinvolgente. Laser invece dimostra ogni giorno la sua capacità di leadership. Dopo il primo giorno provava già a parlare italiano. In campo poi sta già mostrando il suo talento. Anche lui va al di sopra delle nostre aspettative».

**Simone Firmani**

## Sabato la prima amichevole, poi Grado e Lignano basket

**Al termine del ritiro precampionato, l'Apu Gsa giocherà la sua prima amichevole sabato, alle 18, al palasport di Gemona. L'avversario non sarà il Klagenfurt come**

**precedentemente comunicato dalla società, bensì il Villach. Il 2 e il 3 settembre Vanuzzo e compagni disputeranno il Grado Basket assieme ad Agrigento, Trieste e Venezia. Il 9 e il 10 sarà**

**la volta del Lignano basket, con Treviso, Mantova e nuovamente Trieste. Il 13 i bianconeri sfideranno a Caorle lo Zalgiris Kaunas e tre giorni dopo disputeranno un altro derby, nel**

triangolare triestino a cui parteciperà anche il Partizan.

Infine, la Gsa sarà ospite a Treviso della Delonghi il 21 settembre e il

25 giocherà contro Verona a Castelfranco Veneto. (s.f.)

