

Da una settimana abbiamo ripreso gli allenamenti dopo una pausa durata praticamente due mesi. Una pausa davvero molto lunga, ma necessaria soprattutto psicologicamente. Stare completamente ferme per un periodo così lungo renderà la ripresa più difficile, ma era necessario ricaricare al 100% le batterie. Non è per niente facile svolgere un'attività sportiva ad alto livello e parallelamente svolgere un'attività lavorativa.



La prima grossa novità riguarda la nostra preparazione atletica, che quest'anno sarà seguita da Antonello.

