VareseNews

“Dai campioni ai ragazzini, ecco il metodo-Pro Patria”

Pubblicato: Giovedì 19 Aprile 2012

La Pro Patria, con l’arrivo della nuova proprietà, ha deciso di cambiare pelle ma soprattutto di modificare la mentalità generale a partire dalla prima squadra fino alle giovanili.
Le formazioni tigrotte sono ora legate da un filo comune, sia come assetto organizzativo fuori dal campo, sia per quanto riguarda allenamenti e preparazione fisica. **Il punto d’incontro che lega la formazione di Giovanni Cusatis ai giovani biancoblu è il professore Carlo Simonelli** *(nella foto al fianco di mister Giovanni Cusastis),* docente di Scienze Motorie all’Università dell’Insubria, ma anche preparatore atletico della prima squadra e coordinatore delle giovanili.

FORMARE I GIOVANI – «Il nostro obiettivo **– spiega il professor Simonelli – è la crescita e la formazione dei calciatori a partire delle squadre giovanili.** Il nostro lavoro parte dalla prima squadra fino agli esordienti e per ogni compagine c’è un mio ex allievo universitario laureato che si occupa della preparazione atletica».

«Sono arrivato alla Pro nel 2008, assieme all’attuale direttore sportivo Raffaele Ferrara, che per primo si è interessato a questo aspetto per il settore giovanile. Portiamo avanti questo lavoro da quattro stagioni, compresa l’attuale, la prima anche con la formazione di Cusatis. **Con il mister il rapporto è ottimo:** il confronto è continuo e tra di noi c’è stima reciproca».
«Ovviamente tutto parte dal pallone – continua Simonelli – e dal gioco del calcio, ma la società ha preso in considerazione il progetto da me presentato, che riguarda innanzitutto la formazione del ragazzo, e mi ha dato la possibilità di portarlo avanti. Sono soddisfatto che i dirigenti abbiano condiviso l’idea di far diventare **la Pro Patria un polo di formazione,** cosa non molto comune nel mondo del calcio ma capace di legare assieme il lavoro dai più grandi fino ai più piccoli. Tutto in sinergia tra la parte medica, ovvero dottori e fisioterapisti, e tecnica».
LAVORO COMUNE, ATTENZIONE INDIVIDUALE – «Con tutti i nostri preparatori – spiega il “prof” – **esiste un lavoro comune, basato su progettualità e confronto sulle metodologie;** il nostro campo è in continua evoluzione e muta molto velocemente: bisogna stare sul pezzo ed essere continuamente aggiornati. La nostra linea guida è la prevenzione degli infortuni: nel calcio moderno, secondo noi, questo è il primo indirizzo da seguire. Lavoriamo singolarmente su ogni giocatore, perché ognuno ha esigenze e caratteristiche particolari e diverse dal compagno. **Valutiamo l’opportunità di carichi o scarichi di lavoro sulla base dei dati di ogni singolo giocatore**; ad esempio è inutile a nostro

parere dare un lavoro di scarico ad un giocatore che non ha giocato, perderebbe il ritmo partita. Il recupero – conclude Simonelli – e la gestione del lavoro di forza funzionale e preventiva sono fortemente individualizzati in base ad un test sia funzionale, attraverso valutazione cardio in telemetria e pedane optometriche, sia posturale insieme allo staff medico, sia psicologico e di percezione del carico di lavoro».

I preparatori delle squadre giovanili sono: Enrico Perri, Luca Clerici, Alessandro Rasera, Nunzio Pirillo, Ivan Prada e Massimiliano Gioia.

Facebook – Diventa amico di Sport VareseNews

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it