

11/08/2020 Barricalla Cus Torino

Mauro Chiappafreddo: siamo finalmente tornati a contatto con il nostro sport preferito

Queste le impressioni di coach **Mauro Chiappafreddo** dopo la prima settimana di ripresa degli allenamenti della Serie A2 del Barricalla CUS Torino Volley: “La prima settimana di allenamenti è andata molto bene; siamo finalmente tornati a contatto con il nostro sport preferito dopo mesi di stop forzato. Abbiamo ripreso confidenza con la palla, abbiamo lavorato tantissimo sulla tecnica individuale, bagher e palleggio, abbiamo appena inserito il movimento di attacco. E’ stata una settimana dove più che mai si è lavorato sulla tecnica e sul fisico e la prossima sarà sulla falsa riga di questa. Probabilmente andremo ad inserire dei salti verso metà settimana, e continueremo a procedere in maniera graduale perchè comunque, anche se le ragazze hanno fatto una sorta di pre-preparazione, sono ferme da tempo e quindi stiamo procedendo in maniera graduale”

[#wecAnbeheroes](#) [#CUSTorino](#) [#monsterblock](#) [#iLoveVolley](#) [#legavolleyfemminile](#) [#SerieA2F](#)
[#CUSTOdidelloSport](#)