

14/09/2021 Volley Soverato

Giovedì primo allenamento congiunto

È iniziata un'altra settimana di lavoro per le ragazze del Volley Soverato che si sono ritrovate presso la Flex Gym per la seduta mattutina in sala pesi. Oggi pomeriggio appuntamento al Pala Scoppa per l'allenamento tecnico-tattico sotto la guida di coach Napolitano e del suo staff. Anche l'ultima arrivata in ordine di tempo, la slovacca Sunderlikova, si è ben inserita nel gruppo integrandosi con le nuove compagne e dimostrando di essere in buona forma. Il gruppo è affiatato, con le ragazze che durante gli allenamenti si impegnano duramente, e con gli schemi di gioco che pian piano stanno cominciando a mettersi in pratica. Ovviamente, ci vuole ancora del tempo per oleare bene l'impostazione di gioco in campo ma con il gran lavoro che sta svolgendo lo staff sicuramente ci sarà da divertirsi durante la stagione. Intanto, per giovedì pomeriggio, è previsto il primo allenamento congiunto per Quarchioni e compagne che svolgeranno la seduta al Pala Scoppa con la compagine calabrese del Palmi militante in serie B1. La società è al lavoro per organizzare altri allenamenti congiunti, anche con squadre di A2. È importante mettere in pratica quanto si prepara durante le sedute e acquisire il ritmo partita in vista di una stagione lunga e dispendiosa.