

VOCI DI SPOGLIATOIO

Il giornale sportivo
del Team Vigna Pia



NUMERO 15

Terzo atto con Andrea Magni: un'altra giornata di insegnamenti

Anno nuovo, stessa voglia di crescere e di aggiungere diverse conoscenze in più che ci permettono di perfezionare quel bagaglio tecnico da mettere a disposizione nel lavoro quotidiano. Così la ginnastica artistica percorre la sua strada, nella piena volontà di aumentare il proprio livello ogni giorno in maniera maggiore. Si continua quindi, con il terzo ed ultimo appuntamento rivolto agli atleti agonisti, ed anche agli istruttori, insieme al tecnico e preparatore fisico Andrea Magni, ormai una grande conoscenza della nostra polisportiva. Questa volta l'allenamento si è focalizzato sulla giusta postura di esecuzione di determinati movimenti di base apportati al nostro sport, soprattutto lavorando nella parte del core. Quest'ultimo rappresenta la zona da cui dipende l'efficienza e l'efficacia statica e dinamica del corpo umano. In sintesi è un raccordo di muscoli che ha due funzionalità, quella di stabilizzare e di fungere da vero e proprio collegamento per il trasferimento di forze dagli arti inferiori agli arti superiori, fondamentale al fine prevenire gli infortuni. Un'altra tappa importante nel cammino delle ginnaste, nell'ottica di raggiungere sempre nuovi orizzonti.

IL NOSTRO WEEKEND

Gennaio ormai è andato in archivio, ci ha regalato tante soddisfazioni ed ha accolto nel migliore dei modi l'avvento del 2023. Per il periodo di Febbraio l'obiettivo principale è quello di dare continuità ai risultati positivi. Ma prima di lanciarcì nel nuovo mese è doveroso raccontare gli avvenimenti di quest'ultimi giorni; giorni che ci hanno fatto gioire, sorridere ma anche avere dei rimpianti per dei successi sfiorati. Apriamo ovviamente con la pallavolo, dove la II divisione pare averci preso veramente gusto in campionato piazzando un'altra vittoria degna di significato. Le ragazze di Sabrina Picchi hanno trionfato per 3 set ad 1, bilanciando quindi la sconfitta da parte della Serie D con lo stesso risultato.. Partita che sa di beffa invece quello dell'U14 Silver, la quale ha perso sul gong con il Basket Primavalle, che ha potuto esultare grazie ad un buzzer beater finale.



Un calcio che va forte, e pronto a vivere un grandissimo evento!!

Quasi nulla tace, e questo è un bene, perché in quel di Vigna Pia il mondo del pallone si evolve, cresce, in linea e simbiosi con tutte le altre discipline, continuando a raggiungere lidi sempre più ambiziosi. Si evince chiaramente questo dai risultati ottenuti sul campo, che ad oggi ci permettono di tracciare un bilancio pienamente positivo. In questi cinque mesi i miglioramenti li possiamo constatare sotto ogni punto di vista, dal momento che a partire dalla nostra scuola calcio le cose stanno andando bene. Gettare delle basi molto solide è la chiave per arrivare a grandi successi nel futuro, ma al contempo siamo orgogliosi anche di tutte le nostre annate nei campionati federali e non, con risultati di spessore. In Under 16 abbiamo trovato il punto di svolta della stagione, mentre i 2008 (U15) sono protagonisti di un campionato di assoluto vertice. I traguardi però si misurano non solo in termini di risultati, ma anche di progettazione e siamo lieti di darvi una notizia meravigliosa. Lunedì 6 febbraio infatti, nella splendida cornice del Giulio Onesti, i nostri classi 2010 prenderanno parte ad un amichevole contro i pari età della A.S. Roma. Un'esperienza unica, che siamo pronti a vivere al massimo.

Lunedì 06 FEBBRAIO 2023

A.S. Roma-Vigna Pia

inizio gara ore 15:30

Esordienti *2010*a 9 gara amichevole

Centro Preparazione Olimpica Acqua Acetosa
*Giulio Onesti * Largo Giulio Onesti nr. 1



Tra canestro e parquet, Alessio Sorrentino: “

Nella nostra ormai quasi fissa “rubrica” stiamo dando molto spazio a diversi capitani delle squadre rossoblù. Una decisione presa per far carpire il forte senso di attaccamento alla maglia qui al Vigna Pia, così da mettere in luce tutti gli aspetti che non riguardano solo il gioco. L'ultimo a passare davanti ai microfoni è stato Alessio Sorrentino, punto di riferimento dell'Under 17 Gold, guidata da mister Carlini. “Sono in questa società da 10 anni e molti dei miei compagni sono cresciuti insieme a me.

In questa stagione poi se ne sono aggiunti altri, consentendoci di allargare la nostra famiglia con nuove amicizie e persone importanti. Siamo un gruppo unito e ci alleniamo costantemente per migliorare. Il campionato svolto fino ad adesso ci ha permesso di ottenere dei risultati non ancora così soddisfacenti perché conosciamo il nostro valore, tanto da poter fare molto meglio ogni settimana. L'obiettivo è quindi quello di svolgere un girone di ritorno ben più appagante rispetto a quello che abbiamo appena terminato. L'importante è dare sempre il massimo, ascoltando i consigli del nostro coach, visto che solo in questa maniera si può maturare”.

