

lia

LE  
CLASSIFICA

a	29
naggiore	27
asso	26
cotti Pavia	18
no	18
one	17
chiari	17
onsilina	16
gli	15
asciano	15
ato	14
verdiane	9
la	5
to	5

ci alleniamo po-  
ma ora bisogna  
ti. Roani ha dolori  
oma continua ad  
mi ai legamenti  
mentre Brusegan  
menti a livello de-  
».

Sara Canali

Team 66 Milano,  
7 la capolista Psg  
ioca a Vizzolo Pre-  
l a Vistarino sarà  
Dynam Pool e An-  
feti Siziano. In D  
one D, la Colom-  
Marcignago gioca  
ovanni Bianco. In  
le, girone A, il Cus  
gioca a Travedona  
a stessa ora, il Vol-  
sco è a Canegrate.  
ecnosuolo Casteg-  
Mutua Gifra Vige-  
to giovedì.

## La squadra si affida al trainer della mente

PAVIA

Il lavoro fisico a lungo andare mostra i suoi frutti, ma a quanto pare non è il solo responsabile della crescita della Riso Scotti. Da due mesi a questa parte, la società ha arruolato nel suo organico il mental trainer Paolo Caselli. Psicologo clinico di formazione, Paolo Caselli ha fatto un master in psicologia dello sport e è stato più volte considerato da capitano Roani e compagne un aiuto indispensabile. «Sono felice che il mio lavoro stia funzionando - commenta -.



Paolo Caselli

Abbiamo cominciato a lavorare da novembre, facciamo un lavoro sia di gruppo una volta a settimana che individuale secondo la disponibilità delle ragazze, del coach, di tutto il team». Con le vittorie contro Crovegli prima e Montichiari poi la Scotti ha girato pagina e cambiato marcia, facendo scattare quel cambio di tendenza che ci si aspettava da tempo. «Non c'era un vero e proprio problema all'interno della squadra - continua - Il mio compito è stato quello di rinforzare le risorse che le ragazze possedevano già. Si parla di una squadra giovane che si è formata quest'anno ed è inutile dire che per loro serviva del tempo. Il mio lavoro può aver accelerato questo processo di aggregazione e ha influito sull'atteggiamento mentale e individuale». Nel gergo si parla di «coesione di gruppo» e si intende la capacità di gestire le diverse individualità al fine di raggiungere obiettivi comuni di prestazione sportiva.

«La pallavolo è uno sport di gruppo, tutto dipende dalla sinergia. Si deve insegnare a gestire le emozioni e potenziare le abilità mentali come la concentrazione».

(s.c.)