



Judo Frascati, lezioni a porte aperte del settore ginnastica artistica



Le ragazze della Ginnastica Artistica del

Il periodo natalizio si avvicina a grandi passi e per tutti i gruppi sportivi è un momento buono per un primo bilancio stagionale. Il settore della ginnastica artistica dell'Asd Judo Energon Esco Frascati, che finora non ha esordito in gare ufficiali, è pronto per mettere in mostra i propri progressi: a breve, infatti, si terranno delle lezioni "a porte aperte" che potranno far capire a parenti e amici che tipo di passi avanti hanno fatto tutte le tesserate tuscolane. E' la responsabile del settore Francesca Ciappetta, che assieme alle altre insegnanti Giorgia Coni e Cristina Caputo sta portando avanti l'attività della ginnastica artistica del club frascatano, a spiegare nel dettaglio l'iniziativa. «Il primo appuntamento è fissato per venerdì 16 dicembre quando i gruppi denominati Allieve 2 e Allieve 3 terranno questo "allenamento a porte aperte": le prime saranno in sala dalle 17 alle 18,30, le seconde dalle 18,30 alle 20. Lunedì 19 dicembre, poi, sarà la volta delle Ragazze che si esibiranno dalle 15 alle 17, mentre a seguire dalle 17 alle 18,30 toccherà alle Allieve 1. Da sottolineare che il gruppo delle agoniste darà un piccolo saggio dei nuovi esercizi su cui sta lavorando in ognuno degli allenamenti a porte aperte delle altre categorie e per loro sarà un test per capire che tipo di reazioni potranno avere davanti ad un "pubblico", come quando capiterà per le gare. Tutti gli appuntamenti si terranno presso la palestra del Santissimo Sacramento, una delle tre sedi dell'Asd Judo Energon Esco Frascati». La Ciappetta approfitta poi per fare il punto della situazione sulle tante nuove arrivate nel gruppo della ginnastica artistica e sulle stesse agoniste. «Quest'anno abbiamo avuto un notevole aumento nei numeri e debbo dire che diverse nuove tesserate hanno delle potenzialità importanti su cui poter lavorare. Per ciò che concerne le agoniste, hanno vissuto una fase di assestamento dopo la separazione dall'ex tecnico Ana Maria Huncu e c'è stato bisogno di un notevole lavoro dal punto di vista mentale, ma recentemente abbiamo registrato sensibili progressi e una rinnovata fiducia nei loro mezzi perciò siamo fiduciose per le gare che arriveranno nel 2017. Infine vorrei ricordare che le mie collaboratrici Giorgia e Cristina hanno completato il corso per diventare giudici federali e questo è un ulteriore punto di qualità per il nostro staff tecnico».

[Read More](#)

---