



## Judo Frascati, riprende gli allenamenti la ginnastica artistica

Il settore ginnastica artistica dell'Asd Judo Energon Esco Frascati ha ripreso a pieno regime gli allenamenti già dallo scorso 4 settembre. Le ragazze della responsabile Francesca Ciappetta, affiancata come nella passata stagione da Giorgia Coni e Cristina Caputo per uno staff che lavora in grande sintonia, sono tornate ad allenarsi già con gli orari definitivi di questa nuova stagione. «E' ancora presto per fare bilanci sul numero dei tesseramenti – sottolinea la Ciappetta -, ma possiamo dire che il gruppo delle atlete più grandi della scorsa stagione è tornato in massa ad allenarsi con noi e a loro si sono aggiunte alcune ragazze nuove. Fa piacere registrare la presenza di ragazze anche di 18 o 19 anni perché significa che hanno colto la genuinità e l'armonia della nostra famiglia sportiva. Per quanto riguarda le più piccole, abbiamo due gruppi totalmente nuovi che sono arrivati quest'anno e attendiamo l'inizio delle scuole per definire in maniera più precisa la situazione». Gli impegni agonistici, d'altronde, sono ancora lontani. «Le prime gare ufficiali, come sempre, le avremo nei mesi di febbraio e marzo 2018 – rimarca la Ciappetta – A dicembre, però, faremo la consueta “seduta di allenamento aperta” ai genitori e ai parenti delle ragazze per mostrare il livello raggiunto da tutte le nostre tesserate». Nei primi giorni di attività, il programma di lavoro delle ragazze dell'Asd Judo Energon Esco Frascati è chiaro. «Stiamo curando la preparazione fisica e studiando nuovi elementi per ampliare il bagaglio tecnico». La responsabile del settore ginnastica artistica traccia poi gli obiettivi della nuova stagione. «L'anno scorso abbiamo portato numerose atlete alle finali nazionali federali: nello sport, si sa, la cosa più complicata è ripetersi, ma cercheremo di replicare quel tipo di risultato. Il traguardo di primaria importanza, però, è sempre la crescita tecnica delle nostre ragazze più che il piazzamento ottenuto in una qualsiasi gara» conclude la Ciappetta.

[Read More](#)