

Legavolley ► Marmi Lanza Verona ► *Meoni e compagni pronti per il raduno*
 0
  0
 

◀ MERCOLEDÌ 8 AGOSTO 2012 - 17:18 ▶

## Meoni e compagni pronti per il raduno

*Nella foto il capitano e regista gialloblù Marco Meoni (fotoExpress).*



**Marmi Lanza Verona:** Lunedì 13 agosto la nuova Marmi Lanza Verona si radunerà per il primo allenamento della nuova stagione. All'appello mancheranno solo gli atleti australiani Aidan Zingel e Harrison Peacock che hanno appena concluso le Olimpiadi di Londra, e lo schiacciatore olandese Ter Horst impegnato con la sua nazionale ad agosto per la qualificazione per la World League 2013 e a settembre per le qualificazioni al prossimo Campionato Europeo.

Lunedì mattina a partire dalle ore 9 al Centro Berstein lo staff tecnico e medico conoscerà personalmente i nuovi atleti della stagione 2012/2013. I liberi Centomo e Pesaresi, gli schiacciatori Fedrizzi, De Marchi e Gavotto e i centrali Rak e Gotsev, si raduneranno uno dopo l'altro per svolgere una serie di test fisici. Nel pomeriggio dalle ore 15.30 si aggregheranno al gruppo anche il regista Marco Meoni e gli schiacciatori Bolla e Kosmina. Per tutta la nuova rosa il programma prevede una seduta in sala pesi e poi i primi esercizi di tecnica sul parquet del PalaOlimpia che torna così ad ospitare i giganti del volley.

Martedì è prevista una doppia seduta di lavoro in cui si alterneranno l'attività aerobica al mattino, e la tecnica guidata da coach Bagnoli (ore 16.30) sempre nel campo centrale dell'impianto di Piazzale Atleti Azzurri d'Italia 1.

Mercoledì giornata di riposo per Meoni e compagni che torneranno al lavoro giovedì 16 con un doppio appuntamento, al mattino in sala pesi e dalle ore 16.30 al PalaOlimpia per l'allenamento di tecnica.

Venerdì verrà svolto lo stesso programma del martedì, poi i gialloblù potranno godersi due giorni di riposo prima del rientro in palestra di lunedì 20 agosto al mattino.

Francesca Paradiso  
Ufficio Stampa  
Marmi Lanza Verona

Realizzazione Key Web

Italian Time: 9:46 - 17 Ago 2012

© 2008 Lega Pallavolo Serie A