

GIOVEDÌ 28.03.2013: ORE 10.05

L'Arena.it

27.03.2013

Zingel torna dagli abissi. È il momento della verità

DIETRO ALLE QUINTE. Aidan alterna palestra e lavoro tecnico ma la strada è ancora lunga. Il centrale della Marmi Lanza sta recuperando dalla lesione alla spalla ed è tornato a fare i primi allenamenti in campo

La parola d'ordine è guarire. Lavori forzati per Aidan Zingel: niente riposo, niente ferie, ma solo palestra e parquet per tornare a giocare il prossimo anno e essere più forte di prima. Il centrale della Marmi Lanza, e della nazionale australiana, infortunatosi alla spalla destra all'inizio stagione, è stato operato a dicembre all'ospedale di Cattolica da Giuseppe Porcellini. Adesso, dopo mesi di riabilitazione al centro Bernstein, sta lentamente riprendendo contatti con la palla. Aidan, 23 anni, ora ha di fronte alcuni mesi decisivi, quelli che gli serviranno per rimettersi in sesto senza forzare troppo. Un equilibrio difficile. Un momento delicato.

OTTIMISMO. «Sono molto felice, sta andando molto bene», dice il giocatore. «Sto facendo progressi anche se la strada è ancora lunga e per me c'è molto da lavorare». Il centrale della Marmi Lanza durante un allenamento si era procurato quella che nel gergo tecnico specialistico viene definita una «slap lesion», e cioè una lesione al cercine glenoideo, un tipo di anello di cartilagine interno alla scapola. Quattro le fasi per tornare come prima:

Due già superate: mobilitazione passiva e lavoro in acqua. Ora, a fianco al potenziamento muscolare in palestra, inizia la riatletizzazione. Cioè il ritorno in campo. **MESI DIFFICILI.** Il suo è stato un lavoro duro e solitario dietro alle quinte, mentre i suoi compagni di squadra si cammeravano sconfitte su sconfitte. «È stato difficile stare fuori», racconta, «anche se come se fossi stato lì con loro, in mezzo al campo a soffrire, a condividere ogni singola azione, ogni sconfitta. Purtroppo non ho potuto dare il mio contributo, ma non c'è stato nulla da fare, i tempi di recupero dal mio infortunio sono lunghi». E se ci fossi stato sarebbe stato diverso? «Non so», risponde, «forse sarebbe stato un altro campionato se ci fosse stato Michal Rak, quello sì: se io sono ancora giovane, e ho ancora molto da imparare, lui, invece, un giocatore molto esperto e importante. La squadra schierata per la maggior parte della stagione era alla sua prima esperienza in A1 e abbiamo pagato». **LA PROMESSA.** «Mi sto impegnando al massimo per essere al 100 per cento il prossimo anno. Farò tutto quanto possibile per tornare a essere quello che ero prima, voglio continuare la mia carriera e non posso sbagliare nulla». «Infortuni come il mio capitano ai professionisti», prosegue, «non credo di essere stato particolarmente sfortunato, fanno parte della vita sportiva di un atleta. L'importante è non abbattersi, credere nel recupero e tornare a giocare. E, alla fine, sono convinto possa servire per crescere come uomo: passare attraverso le difficoltà per rafforzarsi fisicamente e psicologicamente. Certo, all'inizio è stato uno choc, poi ho capito che fa parte del gioco e ho pensato solo a recuperare».

Marzio Perbellini

Annunci Premium Publisher Network

Risparmia con Linear!

Con Linear Laura B. paga 196 euro all'anno di Rc auto e tu?
www.linear.it

VINCI 1.000€ di shopping

e Alessia Marcuzzi come personal stylist, a Fidenza Village
fidenzavillage.it/details

Pannelli Fotovoltaici

Scopri le 5 Cose da Sapere e Confronta 5 Preventivi Gratuiti!
Fotovoltaico.Preventivi.it