

# Raimondi: «Questa Conad può dare soddisfazioni»

Parla il preparatore atletico, confermato anche per questa stagione: «Sei mesi di stop sono tanti. Il gruppo è ottimo e lavora con concentrazione»



**Massimiliano** Raimondi sarà, anche per quest'anno, il preparatore atletico della Conad Reggio Emilia. Rimoldi si riconferma una figura gradita e apprezzata sia dalla società che dai giocatori.

**Perché la figura di preparatore atletico è così importante nel contesto di una squadra come la Conad?**

«Il primo motivo è sicuramente quello della gestione ponderata degli allenamenti, singoli e di gruppo. I ragazzi soprattutto, hanno a che fare con carichi di lavoro importanti che, laddove vengano mal gestiti, portano a infortuni e ad una forma fisica non ottimale».

**È vero che il preparatore atletico può essere considerato un**

**tramite fra giocatori e allenatore?**

«Il fine comune è quello di disputare una buona stagione e di avere meno infortuni possibili. C'è un costante dialogo fra me e coach Mastrangelo (nella foto durante un time out). Ci consultiamo per la preparazione degli allenamenti, la gestione dei carichi di lavoro e per la valutazione delle condizioni fisiche dei giocatori».

**Come stanno rispondendo al lavoro i giocatori?**

«Tutto l'ambiente pallavolistico nutre una enorme voglia di tornare in palestra. Tutta la squadra ha risposto molto bene a livello atletico al lavoro progressivo che è stato loro proposto. Anche i giovani stanno lavorando seriamente e con costanza e sono molto soddisfatti di come sta procedendo il lavoro di squadra».

**Dopo un periodo così complicato, come si prepara atleticamente una stagione?**

«Non è una cosa semplice prepararsi ad una stagione come questa. I ragazzi vengono da un periodo di fermo di quasi 6 mesi. Il "trucco", dopo mesi di fermo, è quello di avere pazienza. Abbiamo a disposizione 11 settimane di preparazione che ci permettono di organizzare e fare le cose con calma».

