

Da lunedì al lavoro le ragazze della Conad Olimpia Teodora

Sette settimane di preparazione prima del campionato che partirà il 20 settembre



23 Luglio 2020 Prende il via lunedì 27 luglio la stagione della Conad Olimpia Teodora che partirà con 7 settimane di preparazione in vista della prima giornata del prossimo campionato di Serie A2, in programma il 20 settembre. Come comunicato dalla Legavolley femminile, Ravenna sarà inserita nel girone Est, che sarà composto, in attesa di definire la posizione di Trentino (che ha fatto domanda di ripescaggio in Serie A1), da:

Sorelle Ramonda Ipag Montecchio
Itas Città Fiera Martignacco
Cda Talmassons
Omag San Giovanni in Marignano
Conad Olimpia Teodora Ravenna
Roana CBF H.R. Macerata
Megabox Vallefoglia * (richiedente titolo da Baronissi)
Volley Soverato
Cuore di Mamma Cutrofiano

La prossima stagione

In una stagione che prende il via con molte incognite per via dell'emergenza Covid-19, l'Olimpia Teodora ha scelto di guardare al futuro, rinnovando il 50% del roster con gli arrivi di Laura Grigolo, Julia Kavalenka, Rachele Morello, Alessandra Guasti, Stefania Bernabè e Beatrice Giovanna.

L'età media della rosa è stata ulteriormente ridotta (22 anni) e il lavoro sul settore giovanile è stato consolidato con l'arrivo di Coach Andy Delgado: le squadre giovanili lavoreranno in stretto contatto con le altre realtà cittadine e mantenendo un'uniformità di metodo con le attività della prima squadra. Dallo stesso settore giovanile, tra l'altro, sarà promossa in prima squadra anche la schiacciatrice Greta Monaco, che affiancherà Chiara Poggi, reduce dalla positiva esperienza della scorsa stagione.

Qualche numero

Oggi, giovedì 23 luglio, è arrivata dal Portogallo Julia Kavalenka, mentre venerdì sarà il turno di tutte le altre nuove giocatrici, che nel corso del weekend saranno poi raggiunte dalle confermate, ormai "romagnole" d'adozione. Anche quest'anno le ragazze vivranno in centro, in stretto legame

con la città.

Lunedì alle 8 è previsto il ritrovo in sede, poi a seguire prima sessione di pesi. In totale le sedute presso la palestra Gymnasium saranno 18, 5 gli allenamenti di atletica al Campo Scuola, 7 in piscina. Sono inoltre previste 37 sedute di tecnica con palla e 4 match amichevoli.

Nella foto: Julia Kavalenka appena arrivata all'aeroporto di Malpensa 

© *copyright la Cronaca di Ravenna*