

**A.S.D. DOLOMITICA
NUOTO C.T.T.**

Via Venezia, 52 - 38037 PREDAZZO TN
P.IVA 01755430228



PREDAZZO
Sport is life *SPORT.COM*

Predazzo, 28/02/2018

Resoconto triathlon di gennaio-febbraio 2018

20/01/2018: Raduno Amatori "Allenati con noi"  **ALLENATIME.COM**®

Sei i partecipanti alla seconda giornata di raduno in preparazione della stagione 2018. I Coach **Riccardo Oliari** e **Glaucio veronesi** hanno coordinato la giornata e seguito da vicino gli atleti. Presenti i DoloTeam **Ferruccio Costella**, **Enzo D'Etторе**, **Simone Unterpertinger** e **Giovanna Scanavacca**.

La giornata si è articolata con un'allenamento al mattino di potenziamento in palestra ed a seguire una uscita di corsa con esercizi tecnici ed una ripetuta sui 2000 m. presso il Campo Sportivo. Dopo la sosta per il pranzo nel pomeriggio si è svolto un intenso allenamento di nuoto con un bel lavoro centrale ed a finire esercizi di velocità in partenza specifici per il Triathlon.



04/02/2018: RTO Giovanile Trentino Alto Adige - Predazzo

Predazzo, imbiancata da una fresca nevicata, ha accolto i 36 atleti delle categorie ragazzi, Youth e Junior che hanno preso parte al raduno Open per il Trentino Alto Adige che si è disputato nella giornata di domenica 4 febbraio.

Tanti gli atleti presenti Junior e Youth con altri raduni già alle spalle, ma anche molti ragazzi/e alla prima esperienza e che si sono avvicinati da poco al Triathlon.

9 le società rappresentate:

DOLOMITICA NUOTO CTT, FERSEN TRIATHLON, 33 TARENTINI TRIATHLON, TRILEDRO ENERGY, KSV KALTERN, LC BOZEN, ALTA PUSTERIA – HOCHPUSTERTAL, SSV BRUNECK, RARI NANTES MAROSTICA.

5 i nostri giovani presenti: **Luca Defrancesco, Michele Gaggiano, Thomas Lozzer, Marianna Gaggiano e Giulia Pilia** con il tecnico **Leo Gaggiano**.

Grazie alla collaborazione di tutti i tecnici societari coordinati dall'RGT Regionale Glauco Veronesi la giornata è stata ricca di spunti tecnici e consigli utili per tutti i ragazzi.

In mattinata un'ora e mezza intensa di esercizi vari in vasca con utilizzo di boe ed esercizi di partenza in gruppo. A seguire prove tempi PSN e per chiudere una sfida a staffetta.

Dopo la pausa pranzo condivisa tutti assieme il pomeriggio è stato dedicato ad una intensa ed interessante lezione sul ciclismo presentata da Roberto Malcotti, tecnico FITRI TriLedro Energy con più di vent'anni di ciclismo in squadre dilettantistiche. Grazie a lui per la sua esperienza messa a disposizione dei nostri Giovani.

Partendo dalla pulizia e manutenzione della bicicletta fino alle dinamiche di gruppo. Molte le domande dei ragazzi che hanno dimostrato interesse e partecipazione. Per loro anche prove pratiche di cambio camera d'aria e riparazione di una catena.

Alle ore 16:30 tutti a casa soddisfatti, sorridenti e con un bagaglio di esperienza in più.



06-13/02/2018: Catania Raduno One-week “Allenati con noi ”

Il raduno a Catania ha visto la partecipazione dei nostri DoloTeam **Alessandro Degasperi**, **Alessandro Conzatti** e **Simone Montini** con coach **Alberto Bucci**, che si sono uniti in allenamento al Magma Team di Fabio Pruiti. Settimana sfortunata per via del freddo e maltempo che ha rovinato lo svolgimento dell'intenso programma previsto di allenamento outdoor.

10/02/2018: Duathlon Mugello Circuit

Il primo appuntamento agonistico stagionale porta subito a casa una vittoria di categoria. Bravissima **Cristiana Bresciani** che al Duathlon del Mugello chiude al primo posto tra le M2 e 15^a assoluta.

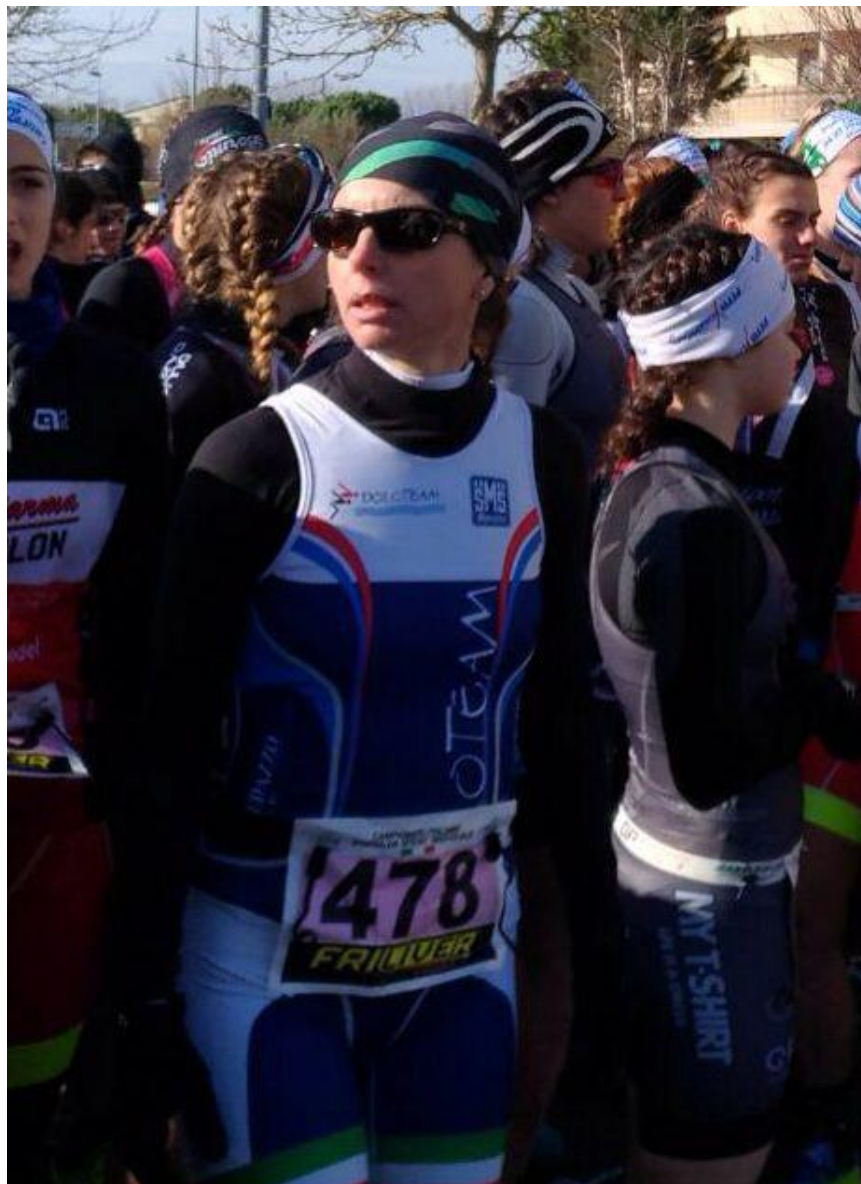
Duathlon durissimo, ma molto emozionante. Bravissima.



24/02/2018: Campionati Italiani Duathlon Sprint - Caorle

Sabato 24 febbraio a Caorle (VE) si sono disputate le gare del campionato italiano di Duathlon sprint assolute. Ad indossare la maglia di campioni nazionali due giovani che arrivano dalla capitale, la diciassettenne Beatrice Mallozzi (Fiamme Azzurre) e il ventenne Diego Luca Boraschi (Torrino). Teatro della competizione organizzata da Silca Ultralite Vittorio Veneto, Lido di Altanea e Porto Santa Margherita. L'evento ha richiamato circa 550 partecipanti. Il giorno successivo impegno con le gare a "squadre".

150 le atlete al via nella gara di sabato tra cui la nostra **Cristiana Bresciani** che termina la gara al 61° posto assoluto che le vale il 5° posto di categoria S1. Brava Cristiana sempre in prima fila nelle gare che abbinano ciclismo e corsa.



Resoconto per la ASD DOLOMITICA NUOTO CTT a cura di Glauco Veronesi