

Finali alle porte, il Varese si prepara

Pubblicato: Martedì 29 Maggio 2012



Le finali Scudetto sono ormai alle porte: **sabato 2 giugno, alle 16**, il Varese Primavera affronterà la **Roma nei quarti di finale**. Importante quindi capire lo stato di forma della banda Tomasoni che, contro un avversario di altissimo livello, avranno bisogno non solo di coraggio e determinazione ma anche di ritmo e velocità. Cerchiamo quindi di fare il punto con **Andrea Azzalin (nella foto)**, preparatore atletico dei giovani biancorossi: «Chi si occupa dell'aspetto fisico nel calcio cerca di lavorare per tenere uno stato di forma duraturo e il più possibile uniforme, **senza cali né picchi**. Nelle due settimane centrali di maggio abbiamo fatto il lavoro di carico, concentrandoci sugli aspetti aerobici, con lavori intermittenti ad alta intensità, e su quelli anaerobici, con lavori di "RSA" che permettono di migliorare la capacità di ripetere sprint. Questi lavori si fanno **tenendo conto sia del singolo atleta** che, in particolare, **del reparto di competenza**. Nei momenti fondamentali però bisogna cercare di raggiungere il cosiddetto "**picco di prestazione**" e per questo è necessario un periodo di scarico. Così abbiamo fatto prima dei playoff contro Albinoleffe e Fiorentina, così stiamo facendo adesso a pochi giorni dall'inizio delle finali Scudetto: adesso è il momento di allenare gli aspetti tecnico-tattici e mentali».

La Roma è favorita ma **sulla gara secca può succedere di tutto**: «Fisicamente stiamo bene – prosegue il "professore" – a fare la differenza saranno la motivazione e la voglia di far fatica. Contro la Fiorentina i miei ragazzi hanno dimostrato questa disponibilità e durante tutti i 120' ho avuto l'impressione che fossero più presenti dei viola. **Il discorso atletico non è comunque scisso dalla tattica**: se sei piazzato bene in campo, consumi meno energie. Qualcuno sopra le righe dal punto di vista atletico? Jadilson e Tiboni mi stanno impressionando per dinamismo e brillantezza sia come tenuta che come qualità di prestazione fisica».

LA LISTA – È intanto ufficiale la lista dei giocatori biancorossi consegnata alla Lega; **nei 27 sono stati inseriti anche De Luca, Pucino e Albertazzi** la cui partecipazione sarà legata alle necessità della Prima squadra. Presenti anche Lazaar pur alle prese con problemi di salute e Hoxha indisponibile sabato poiché è in Albania per l'esame di maturità.

La Gorga (1), Fiamozzi (2), Mancini (3), Albertazzi (4), Bassi Borzani (5), Lazaar (6), De Feo (7), Greco (8), Zamble (9), Jadilson (10), Tiboni (11), Bordignon (12), Minelli (13), Truzzi (14), Samba (15), Bastone (16), Turlan (17), Centrella (18), El Wardi (19), Piccinotti (20), Serrano (21), Di Graci (22), Parini (23), Hoxha (24), Nucera (25), Pucino (26), De Luca (27).

I PREZZI – La Lega ha infine reso noti i prezzi dei biglietti per assistere alle diverse fasi delle finali scudetto. Ecco per ora quelli che riguardano il quarto di finale tra Varese e Roma.

Tribuna Centrale Coperta*: € 15 (Rid. Under 14 € 10).

Tribuna Laterale Coperta: € 10 (Rid. Under 14 € 7)

Tribuna Laterale Scoperta: € 10 (Rid. Under 14 € 7)

Gradinata: € 5

Curva: € 5

* = solo ai botteghini dello stadio il giorno della partita

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it