

Palombara



28 SABATO 5 NOVEMBRE 2016

Il giornale della
Provincia

Eccellenza

RINATO

Il Cre.Cas. ha segnato dieci reti senza subirne in due gare dall'avvento dell'ex Real Colosseum

Centioni va già per il tris

Domani arriva al Torlonia il Tor Sapienza: "Squadra che fa del temperamento la propria arma migliore"

di MARCO FERRI

È stata una partita tesa e che abbiamo impostato bene sin dall'inizio. Siamo entrati concentrati e organizzati, sbloccandola subito. Dopo la squadra non mi è piaciuta molto perché si è tirato troppo presto un po' indietro e in un paio di occasioni De Angelis si è superato ed è stato decisivo, rivelandosi all'altezza della sua fama. Li dobbiamo migliorare un po', poi c'è stato l'episodio dell'espulsione di Giustini, che a mio avviso è stata un'ingenuità da parte del difensore, e su quel calcio di punizione siamo riusciti a raddoppiare. Anche in superiorità numerica abbiamo gestito non bene la situazione, abbiamo sofferto ancora il loro forcing e solo dopo siamo entrati in gestione e non c'è stata più partita. Gli ultimi venti minuti li abbiamo condotti abbastanza facilmente".

L'evidenza più marcata dall'insediamento del nuovo allenatore è l'incremento della produzione realizza-



■ Eretum Monterotondo - Cre.Cas. Città di Palombara (Foto Sara Boccadori)

zativa, dai cinque gol messi a segno nelle prime sette giornate ai dieci in appena due: "Sicuramente non abbiamo mal di gol, ma l'importante è che non li subiamo. Segnare con continuità non può che farmi felice, sia per gli attaccanti che per il comportamento di tutta la squadra. Dobbiamo migliorare le cose in cui non siamo stati bravi e portarci via le cose positive, che riflettono il lavoro fatto in settimana e che mi soddisfa molto". Domani tocca al Tor Sapienza, compagine attrezzata e reduce da una discreta altalena di risultati e prestazioni: "Quella di Di Loreto è una squadra che dà filo da torcere a tutti. La conosco bene e conosco bene il mister, dal punto di vista del temperamento e dell'agonismo non lascia niente fino al 95'. Mi aspetto una partita dura, la giochiamo in casa e abbiamo il dovere di non fermarci. Dobbiamo portare a casa anche questo risultato".

Sei punti in centottanta minuti, dieci gol fatti e nessuno subito. È iniziata decisamente col piede giusto l'avventura di David Centioni sulla panchina del Cre.Cas. Città di Palombara. Ereditato il posto che è stato di Fabio Gentili ad inizio stagione, e dopo il brevissimo interregno di Fabio Cola (ora suo vice), il 46enne tecnico romano si è presentato con la doppia affermazione a spese di Almas ed Eretum Monterotondo che ha rilanciato immediatamente i sabini al secondo posto. L'analisi dell'ex Real Colosseum prende proprie le mosse dal blitz del Cecconi, dove tornava a cinque mesi di distanza dalla sconfitta patita con i gialloneri nella finalissima della Coppa Italia di Promozione a spese della Lepanto Marino: "Sicuramente da domenica avrò un ricordo meno negativo di questo impianto - esordisce scherzando -

Giovanili



PARLA RESTANTE

Responsabile tecnico della Scuola Calcio e preparatore atletico della 1ª squadra si racconta

Il Cre.Cas. in pugno “Questo è il mio lavoro”

Emanuele Restante da cinque anni è nel club di Valentini: “Scelta la metodologia del Coerver Coaching per formare i bambini”

Responsabile Tecnico della Scuola Calcio con il suo Coerver Coaching e preparatore atletico della prima squadra, Emanuele Restante è una figura centrale nell'organigramma del Cre.Cas. Città di Palombara e mette al servizio del club sabino la sua professionalità in più campi: “Ho iniziato la Scuola Calcio cinque anni fa grazie a un mio amico, Giuseppe Bernardini, presidente del Guidonia, che mi chiese di aiutarlo con il settore di base. Quest'anno il patron Fabrizio Valentini mi ha dato la responsabilità della direzione tecnica della Scuola Calcio rossoblù e, insieme a tutto lo staff, abbiamo scelto la metodologia del Coerver Coaching, una delle più funzionali per il percorso formativo del bambino. Il nuovo metodo? L'ho scelto da quattro anni insieme a Claudio D'Ulisse, responsabile nazionale del Coerver Coaching, e credo che sia uno dei più attuali. Poi il risultato è dato dai numeri e quest'anno siamo in crescita positiva di giorno in giorno anche sotto l'aspetto numerico. Che consiglio darei a un giovane alle prime armi? Di non pensarci e di divertirsi. Mi ricordo quando incontrai Paolo Maldini, lui aveva già 39 anni e gli chiesi come aveva voglia di tornare in campo ad allenarsi tutte le settimane dopo aver vinto tutto. Lui mi rispose: “Perché mi diverto”. Penso che questa sia la giusta formula”.

CARRIERA

“Memo” la racconta così: “Con i grandi ho fatto il campionato a Palombara vincendolo e arrivando secondo l'anno dopo con mister Aldo Berti. Poi Manrico Berti mi ha convinto ad andare con lui a Zagarolo, l'anno successivo sempre insieme a lui mi sono trasferito al San Cesareo, vin-



cendo campionato, Coppa e Juniores Regionali. L'ho seguito anche a Palestrina, mentre l'anno dopo sono andato in Serie D al Civita Castellana, esperienza bellissima. Sono tornato poi in Eccellenza a Pisoniano di nuovo con Berti, dove abbiamo fatto un campionato strepitoso arrivando terzi e giocando la finale di Coppa Italia. L'anno più brutto è stato quello successivo al Serpentera, con un avvicendamento in panchina di cinque allenatori, nono-

stante il quarto posto finale. Al CreCas sono arrivato nel primo anno di Eccellenza con Manrico Berti e dopo una pausa durante la guida tecnica di Fazzini, sono stato richiamato insieme a Baiocco, davvero una grande persona”.

IN PRIMA SQUADRA

È lui a compilare la tabella di marcia di Calabresi e soci, guidati da poco più di due settimane da David Centioni: “Il preparatore atletico è quello che si occupa della formazione atletica della squadra e del mantenimento della forma, cercando di fare prevenzione muscolare e la mia passione è quella di aiutare sempre il mister. Come prevenire gli infortuni? Durante il mio percorso ne ho avuti sempre pochissimi perché ho fatto un corso di stretching globale attivo, un metodo che invece di allungare il muscolo in maniera settoriale, lo allunga in modo complessivo. Su questo campo molto duro bisogna essere intelligenti e preparare dei lavori che non siano

traumatici a livello strutturale. Ma il 99% lo fa il cervello, perché se non si crede in quello che si fa diventa tutto inutile. I giocatori che ho più a cuore? Così rischiosi di fare tanti scontenti. Ce ne sono tantissimi: Assogna, Travaglione, Saliou, Fazi. Qui ho una sfida con Simone Calabresi, che andavo a vedere in Promozione e da quando è salito in Eccellenza ha perso dieci chili. Ma anche Gallaccio, Hrusic...”. E la chiusura è dedicata proprio al nuovo allenatore, che si è presentato con sei punti e dieci gol fatti nelle prime due gare: “Lo conosco di vista e parec-

“Con Centioni c'è un confronto quotidiano. È una persona preparata e che sa come lavorare”

chie volte ci siamo scontrati. Non sapevo come lavorava. È una persona educatissima, molto cortese, che mi ha lasciato spazio per fare la preparazione che propongo e con cui mi sento quotidianamente per organizzare il lavoro: è molto competente. Prima è stato fatto un percorso, ora un altro e devo dire che si è lavorato meglio, ovviamente quello che conta è il risultato sportivo”.