

# Coppa It F – Note positive per il Cosenza Nuoto

10 Ottobre 2016



Il primo turno di Unipol Cup porta in dote a Cosenza una lunga serie di note positive. I risultati forse contano meno delle prestazioni per Capanna, perché è vero che un allenatore ha sempre voglia di vincere, ma è altrettanto corretto, in questa fase del torneo, valutare la crescita delle proprie giocatrici e dell'equilibrio in acqua. In tal senso, la sconfitta contro il Messina ha comunque fatto registrare una grande reazione dopo il 3-0 iniziale, mentre il successo contro la forte Ekipe Orizzone Catania, rappresenta un passo in avanti considerevole sotto il profilo della qualità del gioco e della mentalità. Le etnee sono una delle pretendenti al titolo così come Messina, e il Città di Cosenza, con in campo tantissime giovani, ha mostrato che c'è una realtà che in silenzio lavora bene, e inizia a raggiungere livelli interessanti. Il processo di crescita, partito nella passata stagione con l'innesto di Capanna, Pomeri e Motta (rientrare oggi alla base dopo l'esperienza vincente in Giappone), era incentrato anche sulla valorizzazione di un settore giovanile indubbiamente talentuoso, ma che ora è un punto fermo della squadra. Benedetta Garritano e Carolina Nicolai sono due esempi chiari di questo importante lavoro.

"Ci stiamo allenando bene – **ha sottolineato la Nicolai** – e il mister ci carica nel modo giusto. Abbiamo avuto sensazioni

positive in questo turno di Unipol Cup perché anche senza Pomeri e Motta, per noi importantissime, ci siamo disimpegnate molto bene. Credo che ci siano grossi margini di miglioramento, perché i nuovi innesti stanno dando molto e l'entusiasmo cresce. La cosa migliore di questo esordio è nella reazione che abbiamo avuto dopo l'avvio shock con il Messina. Siamo riuscite a reagire, abbiamo sfiorato il successo e poi lo abbiamo centrato contro Catania. Questo ci ha fatto capire che non ci sono ostacoli insormontabili. Il dato su cui lavorare? Bisogna gestire meglio l'avvio delle gare, perché nell'economia del risultato è fondamentale".

Poi Nicolai dice la sua sul progetto di crescita targato Capanna.

"Per una atleta è importante cambiare. Ogni allenatore garantisce cose nuove, offre stimoli diversi e innesta una nuova attitudine di gioco. Tutte queste cose fanno accrescere il bagaglio di una giocatrice e per questo noi di Cosenza stiamo facendo bene".

Dello stesso avviso **Benedetta Garritano**.

"Ho avuto impressioni positive – **confessa una dei perni delle tante vittorie nel settore giovanile** – e il nostro segreto è nel viaggio in Giappone. Ci siamo riscoperte, forse anche guardate dentro, e abbiamo trovato risposte che si traducono nelle buone cose messe in mostra a Messina. Abbiamo iniziato male la gara trovando però la forza di recuperare. Loro hanno grandissimi nomi, ma noi non siamo da meno e lo abbiamo dimostrato".

E una buona mano è arrivata dalle giocatrici cosentine.

"Siamo state noi a portare questa squadra in Serie A1, quindi lo zoccolo duro c'era. Con i metodi di Capanna e l'aiuto di Pomeri e Motta siamo cresciute ancora, e adesso abbiamo tutte voglia di essere determinanti. L'esordio in campionato a Messina di sabato prossimo? Andiamo lì per vincere".

**Francesco Palermo**