

# Enna, Enna, 19-20/05/2018

## CdS Allievi Prima Giornata e CRI Juniores

Nella prima Giornata dei Campionati Societari Regionali Allievi disputatisi a Palermo, alcuni dei nostri Atleti hanno avuto modo di verificare lo stato di preparazione atletica stagionale. La manifestazione comprendeva anche i Campionati Regionali Individuali Juniores.

Nei 110Hs Michele CELANI (AM1) ottiene un bel secondo posto limando di ben 4 decimi il Minimo A richiesto per accedere ai Campionati Italiani e di ben 6 decimi il Minimo per i Giochi delle Isole Catanesi per i quali invece non é stato convocato. Bella prova quindi per Michele che assieme al suo Allenatore tornano soddisfatti da questi Societari. Buono anche l'esordio esperimento sul salto triplo sui quali ci sono margini di miglioramento.

Buona la prestazione sui 100 metri e sui 400 metri piani di Maria Elena BARBAGALLO (AF1). Maria Elena vince la sua batteria nei 100 metri e si classifica seconda nei 400 metri, in un crescendo di preparazione atletica che restituisce belle sensazioni e riscontro positivo sui lavori di allenamento. Margini di miglioramento anche per lei.

Alice LEONARDI (AF2) nei 5 chilometri di marcia, a fine manifestazione e a tribune oramai vuote, porta a casa il primo posto e soprattutto il primato personale limando sensibilmente il crono di un mese addietro. Una prova di carattere questa realizzata dalla nostra Atleta visti i problemi di cui abbiamo accennato in un precedente post. Minimo A per i Campionati Italiani ottenuto da tempo.

Nei 100Hs Federica SPADARO (AF1) non interpreta bene la partenza e compromette inevitabilmente il prosieguo della gara, crono da dimenticare. Da rivedere in allenamento alcuni aspetti tecnici fondamentali prima di cimentarsi ancora in futuro in gare su questa specialità. Quinto posto nei 400 metri e crono invece pressoché in linea con quanto atteso. Valutazione dissonante invece in merito alla prestazione ci è sembrata quella espressa dall'atleta a caldo post gara dei 400 metri. Focalizzando le risorse in allenamento sul mezzofondo tecnico per la nostra Atleta ci sono margini di miglioramento in questa come in altre discipline affini.

Nella Categoria Juniores, non buona la prova in di Riccardo PJETRI nei 100 metri piani causa un fastidio ad un polpaccio, che lo relega in fondo alla classifica, partenza in gara comunque da dimenticare e da rivedere in allenamento. Sesto posto nei Campionati e crono in linea con quanto atteso invece nella prova sui 400 metri piani.

Filippo SPINA (PM), in forza al CUS Palermo, fa suo invece il Titolo di Campione Regionale nella solitaria prova dell'Asta, quinto posto invece nei 400 metri piani e anche per lui crono in linea con quanto atteso, viste anche le sedute di allenamento non sufficienti per atleti della sua categoria, a causa di ragioni diverse. Se si vuole ambire a qualcosa di piú, bisogna incrementare il volume degli allenamenti.