

RUGBY: TOP12

Viadana, altro arrivo da I Medicei Ecco la terza linea 23enne Così

«Un'opportunità importante poter lavorare con uno staff di livello internazionale»
Confermato il pilone Breglia
Valigi è il nuovo nutrizionista

VIADANA

Proseguono gli affari sull'asse Firenze-Viadana. Dopo gli arrivi di Schiavon e Bientinesi, sbarca in maglia giallonera da I Medicei anche la terza linea Duccio Così. Nato a Firenze nel 1997, è 187 centimetri per 103 chili. La sua crescita è avvenuta nel Rugby Firenze 1931. Nelle ultime quattro stagioni ha indossato la maglia de I Medicei.

«Viadana mi dà l'occasione di crescere e fare una nuova esperienza sia in termini di gioco che di metodo di lavoro - commenta Così -. Poter lavorare in un nuovo ambiente, con uno staff di allenatori internazionali, è un'opportunità importante. Devo ringraziare la società per la chiamata. Soprattutto in un momento difficile come questo, in cui l'impegno privato in un progetto come quello di Viadana non è affatto scontato».

Soddisfatto il direttore sportivo Alberto Bronzini: «Duccio è un ragazzo che conosco da molto tempo visto che ho potuto vederlo giocare nelle rappresentative nazionali giovanili, nelle quali

si è sempre distinto per le sue capacità di lettura del gioco. Abile in touche, aggressivo e intelligente, è cresciuto molto nelle ultime stagioni».

Così vanta un curriculum importante a livello federale. Per lui esperienze nell'Accademia zonale di Prato, in quelle nazionali di Parma e Remedello, nelle nazionali Under 17, 18, 19 e 20 e in quella Seven.

Come già anticipato nelle scorse settimane, la società ha ufficializzato ieri la conferma di Nicola Breglia. Per il pilone sinistro in arrivo la quinta stagione allo Zaffanella.

Oggi dalle 17, al campo Ferrarini di Guastalla, la prima squadra effettuerà test fisici e atletici. L'allenamento è aperto ai tifosi.

Intanto, lo staff è stato rinforzato con il biologo e nutrizionista Andrea Valigi. «Ho rilevato la composizione corporea degli atleti e le loro abitudini alimentari - spiega -. Con questi dati procederò a dividere i giocatori in gruppi per poi individuare lo specifico intervento da fare. Lo scopo è quello di migliorare l'alimentazione e massimizzare l'effetto degli allenamenti. Dopo questo lungo stop ho trovato i ragazzi in condizioni migliori di quanto mi aspettassi. Quasi tutti rientrano nei parametri ideali di composizione corporea per il loro ruolo». —

MATTEO SBARBADA



Così col ds Alberto Bronzini

