

Karate Frascati

[Clicca per il Sito](#)

Si lavora in palestra per preparare le grandi sfide



Si suda in palestra per preparare i grandi appuntamenti di primavera ed estate. Per il Karate Frascati è il momento del lavoro duro, quello che non si può valutare domenica in gara: è questa, per molti aspetti, la fase più importante della stagione agonistica.

“Le grandi gare – dice proprio il maestro Salvatore Canto *(nella foto insieme al figlio Flavien)* – sono piuttosto lontane e quindi in questo omento bisogna pensare al lavoro in palestra”. L’appuntamento più vicino è quello dei campionati provinciali del 26 febbraio al quale prenderanno parte diversi atleti di casa ma si guarda anche e soprattutto più lontano. Anche in chiave azzurra.

Cancellato per il maltempo il raduno degli “azzurrabili”, gli atleti tuscolani nell’orbita della nazionale preparano con attenzione il grande appuntamento di inizio luglio quando andranno contemporaneamente sul tatami i campionati europei e la coppa del mondo. “Lavorare sodo in questa fase - aggiunge Canto - significa ottenere risultati in gara”.