

## Nesima, una giornata al top

Collegiale a Catania per 57 atleti e 12 tecnici provenienti da tutta la Sicilia. Santoro: "Diamo continuità a quanto avviato"



Il futuro della Sicilia che nuota passa da qui. La piscina di Nesima, a Catania, ha ospitato il primo collegiale del 2026 dedicato ai migliori atleti in circolazione offrendo loro un momento di confronto e crescita collettiva.

Sono stati 57 gli atleti convocati in rappresentanza di 12 società di tutta l'isola (Idra, Pol. Mimmo Ferrito, Unime, La Fenice, Sun Club, Ortigia, Tennis Club Palermo 3, Swim Power, Erea, Poseidon, Sicilia Nuoto, Kiran Club),

Gli atleti, seguiti dal responsabile tecnico Diego Santoro e dai 19 allenatori di club presenti, sono stati suddivisi in due gruppi per caratteristiche fisiche e tecniche, tra velocisti e mezzofondisti.

La giornata, cominciata di buon'ora, è stata suddivisa in tre fasi con due sedute di allenamento specifiche per caratteristiche (velocisti al mattino e mezzofondisti nel pomeriggio), così da permettere a tutti gli atleti di confrontarsi durante la seduta. La seconda e la terza fase sono state dedicate alla valutazione funzionale, seguita dal dott. Michele Marciano, attraverso visite specifiche su ogni atleta e test in acqua.

"Il collegiale è stata un ottima occasione per dare continuità a quanto avviato lo scorso anno - commenta Diego Santoro - permettendo a tutti gli atleti di stimolarsi in un contesto agonistico di alto livello. La presenza e il confronto tra i tecnici sono stati fondamentali perché hanno permesso di valutare gli atleti in condizioni diverse dallo standard utilizzando strumenti più sofisticati e analizzando in modo più specifico, sotto le indicazioni del dott. Marciano, punti di forza e aspetti da migliorare per ogni atleta".