

SaronnoNews

Videochat, esercizi online e challenge sui social: il Club Tennis Ceriano non si ferma

Stefano Ciccone · Thursday, March 26th, 2020

Con l'emergenza coronavirus, le strutture sportive off limits e i tornei annullati o rinviati, **il Club Tennis Ceriano (CTC)**, con sede principale a Ceriano Laghetto e una seconda sede a Saronno, **si sposta dai campi ai social network.**

«Il nostro obiettivo è quello di **restare costantemente in contatto con i ragazzi** sia per lavorare dal punto di vista atletico in vista della ripresa dell'attività, speriamo presto, ma anche per fare due chiacchiere e sorridere un po' in questo momento così delicato», spiega **Silverio Basilico, direttore tecnico del CTC.**

Così l'appuntamento è fissato **ogni sabato alle 14, quando maestri e agonisti si ritrovano in videochat** per scambiarsi pareri e opinioni e discutere del lavoro atletico svolto durante la settimana. «Ogni settimana le preparatrici inviano ai ragazzi dei video con una serie di esercizi semplici da fare in casa per mantenere una buona forma fisica generale», **prosegue Basilico**, che ha anche inaugurato una **serie di challenge su Facebook e Instagram** che vedranno alternarsi tutti i maestri del club di via Campaccio con sfide supportate, come si fa in questi casi, da hashtag diversi.

«Pur restando chiusi tra le mura di casa dobbiamo pensare positivo, dobbiamo combattere l'ansia e la noia che si stanno impossessando della nostra mente e del nostro corpo – **ha scritto il presidente del CTC Severino Rocco in una lettera aperta agli allievi** -. E allora ragazzi forza, dedichiamoci a quello che più ci piace, siamo degli sportivi quindi sotto con gli allenamenti a casa! Rispolveriamo la cyclette e pedaliamo a tutta birra...usiamo quello che abbiamo anche con un po' di fantasia. Ancora un po' di pazienza e poi sono sicuro che ritorneremo a vederci e a festeggiare tutti assieme».

This entry was posted on Thursday, March 26th, 2020 at 5:25 pm and is filed under [Brianza](#), [Sport](#), [Varesotto](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

