



**Pergine Valsugana (Trento)** – Giornata di lavoro tra campo e palestra per la Nazionale Italiana Rugby che presso gli impianti di Pergine Valsugana – in provincia di Trento – prosegue la marcia di avvicinamento alla Rugby World Cup 2019 in calendario in Giappone a partire dal prossimo Settembre.

Nel terzo raduno in Trentino – in programma dal 7 al 14 luglio – insieme al gruppo Azzurro è tornato ad allenarsi **Leonardo Ghirladini** che prosegue la sua tabella di marcia per recuperare la forma ottimale in seguito all'infortunio rimediato contro la Francia nell'ultimo incontro del Guinness Sei Nazioni 2019 allo Stadio Olimpico di Roma lo scorso Marzo:

*“Sto recuperando e va sempre meglio. Ci sono delle tappe obbligatorie e un percorso da seguire, anche se mi piacerebbe molto già essere abile a fare tutto che quello che faccio ordinariamente in allenamento. E' il mio primo infortunio importante della carriera. Sto scoprendo delle cose che non ho mai vissuto prima: stare ore e ore in palestra da solo ad allenarti è impegnativo perché vivi una giornata in modo diverso dai compagni di squadra e da quello che solitamente si fa in campo. Bisogna avere molta pazienza: è un lavoro meticoloso che ti coinvolge a 360 gradi fisicamente e mentalmente”*

*“Ci sono giornate dove hai più motivazione rispetto ad altre e ci sono fattori che ti danno qualche spinta in più. Altri giorni devi alzare il piede dall'acceleratore e seguire al meglio la tua tabella di marcia. Il tutto senza un pallone tra le mani, senza un campo e senza tanti compagni di squadra che si allenano con te. E' una esperienza diversa ma sto cercando di mettere in gioco tutto me stesso al mattino, pomeriggio, sera e anche la notte se necessario per recuperare. Sto provando a recuperare grazie anche allo staff della Nazionale che mi sta mettendo nelle migliori condizioni per lavorare”* ha concluso il tallonatore Azzurro.