



Batorfi-Stefanova per Pechino

Essere stata scelta come personal trainer di Nikoleta Stefanova dalla Fitet, è una nuova importante esperienza anche per una campionessa come lei?

"Sì è vero. Fino ad oggi sono stata prima di tutto una giocatrice professionista, impegnandomi per cercare di risolvere al meglio tutti i problemi ed i bisogni che caratterizzano la vita di un giocatore del circuito internazionale. Negli ultimi sette anni ho ricoperto anche il ruolo di capoallenatore del team femminile di maggior successo della lega tedesca, ed anche in questo senso mi sono assunta tutte le responsabilità del caso nei confronti del club e delle altre giocatrici professioniste. Tutto ciò mi ha caricato di una molteplicità di doveri: i giocatori vogliono praticare ed allenarsi sempre al meglio, il club si aspetta sempre buoni risultati, e per finire ho cercato di non trascurare la necessità di esprimermi al meglio anche come giocatrice. Ora lavorare con Niko sarà del tutto diverso. Potrò concentrarmi completamente sul mio lavoro di allenatore, potrò dedicare tutto il tempo necessario al suo allenamento ed alle sue gare che dovranno essere della migliore qualità possibili soprattutto facendo in modo che si sappia concentrare nel modo giusto, alleggerendola nella testa dagli stress delle competizioni. Naturalmente so che ho una grande responsabilità nei confronti di Niko e della Federazione Italiana e tuttavia in questo senso per me non cambia molto perché fino ad oggi ottenere successi è ciò che sempre mi è stato chiesto come allenatore."

Qual è il suo progetto per Niko?

"Per esperienza diretta di giocatore so quanto possa essere lunga e dura una stagione. Le partite sono tante, tanti gli eventi in ogni parte del mondo con una infinità di viaggi. Il programma di

di Corrado Attili



una stagione è così fitto di gare che non c'è tempo per essere infortunati o stanchi. E' necessario minimizzare il rischio di infortuni con un preciso programma che tenga sotto controllo la condizione, ed è ciò che cercherò di attuare con Niko, migliorandone la condizione fisica pur senza esagerare. Lavoreremo anche con esercizi speciali aggiuntivi degli allenamenti quotidiani di tennistavolo che, dopo tutto, restano la parte più importante e fondamentale in un allenamento intensivo di tennistavolo. A proposito proprio di tennistavolo cercherò di migliorare la sua variabilità di servizio, poi ci concentreremo sulla prima palla dopo il

*I progetti
di Csilla Batorfi,
ultimo acquisto
dello staff azzurro*

servizio senza interrompere di allenarci anche su tutto quanto ha fino ad oggi fatto di lei una campionessa cercando di migliorare tutte le sua grandi qualità che ha già messo in mostra."

Come è nata questa idea di collaborazione con la Fitet?

"Dal mio punto di vista ho pensato: ho 38 anni, quindi come giocatore professionista non mi resta tanto tempo su cui poter contare, anche se amo Langweid e mi sono trovata molto bene e potrei restare qui ancora degli anni. Però quando il Presidente Sciannimanico mi ha parlato dell'opportunità di poter fare solo il coach venendo in Italia, ho cominciato a pensare che forse smettere di giocare per dedicarmi a tempo pieno al ruolo di allenatore poteva anche essere interessante. Ne abbiamo parlato a lungo e alla fine questo ruolo di personal trainer per Niko è stata la soluzione ideale. Del resto un solo allenatore per una nazionale era forse poco specialmente in presenza di tante buone giocatrici che meritano tutte di essere seguite con grande attenzione e questo in particolare durante i Pro Tour. Mi sembra una idea nuova e di grande professionalità nel tennistavolo e sono felice di essere parte del progetto."

Si troverà a lavorare in collaborazione con Roman Plese che, tra l'altro, ha detto di esserne onorato?

"Anch'io lo stimo ed è certo che coopereremo, quando si lavora ad uno stesso team il lavoro deve sempre essere fatto e deciso insieme con tutta la squadra. Certo mi aspetto di poter avere un ruolo speciale nelle decisioni che riguarderanno Niko visto che l'incarico che mi è stato assegnato è quello preciso di suo personal trainer, perché sarò la figura che la seguirà quotidianamente."