

## Adriatika Nuoto riparte dalla collaborazione con Gioia Running

Scritto da La Redazione

Lunedì 18 Giugno 2018 09:13

---



“Corsa e nuoto a braccetto per virare insieme verso nuovi traguardi. A Gioia del Colle nasce una sinergia unica nel circondario. **Gioia Running** e **Adriatika Nuoto** si stringono la mano in un sodalizio che vedrà le due società sportive collaborare insieme nei mesi estivi.

La piscina comunale ospiterà fino a fine luglio i podisti della squadra biancorossa che sfrutteranno i benefici dell'acqua per una preparazione mirata e finalizzata al miglioramento delle prestazioni da runner. Si parte martedì 19 giugno per un periodo di dieci lezioni con frequenza bisettimanale. L'impianto sarà interamente a disposizione della Gioia Running (che al momento conta circa 100 atleti), perché gli allenamenti si svolgeranno in una fascia oraria in cui la piscina è chiusa al pubblico, proprio per garantire il meglio ai podisti.

«*Faremo un lavoro diverso e settoriale per ogni atleta – spiega **Angelo Pugliese**, tecnico FIN dell'Adriatika nuoto, ideatore del progetto di collaborazione –.*

*I runners lavoreranno in acqua in assenza di gravità e questo per loro sarà un enorme vantaggio in quanto non andranno a pesare sulle articolazioni inferiori già sollecitate dalla corsa. Il lavoro in acqua sarà mirato all'esclusione delle microlesioni che ognuno di loro ha e che magari non conosce perché nemmeno verificabili da nessun strumento ecografico*  
».

Non ci sono fini economici, ma solo di crescita e di rafforzamento di legami. E chissà che magari in futuro qualche appassionato di corsa non diventi un nuotatore o viceversa, come sottolinea l'amministratore di Adriatika nuoto e direttore dell'impianto gioiese, **Sergio Della**

**Tommasa**

: «*Ringr*

*aziamo la Gioia Running per la fiducia che ripone in noi. Sono molto orgoglioso quando Adriatika riesce a collaborare con altri settori sportivi perché la vocazione dell'Adriatika è quella di crescere allargando anche gli orizzonti verso altri sport nell'ottica di una multilateralità mentale prima ancora che fisica. Nuoto e corsa non sempre vanno a braccetto, chi è forte in acqua non lo è quando corre e viceversa, ma possono convivere. Noi speriamo che possano diventare intercambiabili per affrontare nuove sfi*

## Adriatika Nuoto riparte dalla collaborazione con Gioia Running

Scritto da La Redazione

Lunedì 18 Giugno 2018 09:13

---



~~Il club di nuoto Adriatika riparte dalla collaborazione con Gioia Running sulla pagina dell'allenamento~~