



Polonara torna ad allenarsi: «Ho imparato ad apprezzare ciò che davo per scontato».

Descrizione

(Adnkronos) «

Achille Polonara torna in campo: per il campione azzurro si è trattato solo di un breve allenamento, ma rivederlo in campo è già la notizia più bella degli ultimi mesi. Un periodo che ha visto la battaglia del giocatore contro la leucemia mieloide: Polonara ha pubblicato su Instagram due brevi video della sessione individuale svolta ieri mattina a Sassari, sul parquet del PalaSerradimigni (proprio lì dove aveva giocato dal 2017 al 2019).

«Riprendere la palla in mano dopo dieci mesi è stato emozionante, bello» ha raccontato alla Dinamo Sassari in un'intervista a La Gazzetta dello Sport -. All'inizio mi sembrava che fosse la prima volta che giocassi a basket, poi tiro dopo tiro la sensibilità è tornata sempre di più».

Polonara ha poi spiegato i prossimi passi: «Per ora sono concentrato sul lavoro individuale, soprattutto fisico. Quella che si vede nel video che ho postato è la prima volta che tiravo. In questo periodo devo stare attento a non subire traumi, contusioni, quindi il mio lavoro con la squadra, di contatto, inizierà dopo l'estate. Ho imparato a apprezzare molto di più le cose che prima davo per scontate, mi sembravano normali. Poi quando ti trovi in un letto d'ospedale la tua prospettiva, il tuo punto di vista cambia».

»

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Marzo 31, 2026

Autore

redazione

default watermark