

Sinner e il retroscena sulla preparazione: â??Mi sono allenato sotto al sole, lo farÃ² anche in futuroâ?•

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â?? â??La mia preparazione sta andando molto bene. Questo Ã¨ un posto speciale e speriamo che sia un grande torneoâ?•. Jannik Sinner ha parlato cosÃ¬, oggi mercoledÃ¬ 4 marzo, a poche ore dal suo esordio a Indian Wells (venerdÃ¬ 6 marzo, contro il vincente tra lâ??australiano James Duckworth e il ceco Dalibor SvrÄ•ina). â??Sono molto contento di come mi sento in campo, vogliamo arrivare il piÃ¹ lontano possibile. Allo stesso tempo, cerchiamo anche di migliorare un paio di cose. Sto cercando di essere un poâ?? piÃ¹ aggressivo a volte sulla linea di fondo. Credo che stiamo facendo un ottimo lavoro. Ã? stata una settimana di allenamenti molto dura per me. Abbiamo trascorso molte, molte ore ad allenarciâ?•. Sinner ha spiegato di aver svolto una parte importante della preparazione al caldo: â??La scorsa settimana faceva tanto caldo e a me ha fatto bene, ci siamo allenati sotto al sole. Sicuramente sarÃ un tipo di preparazione che faremo anche in futuro, cercando di allenarci nei posti dove fa piÃ¹ caldoâ?•.

Sinner ha aggiunto: â??Lâ??inizio di stagione Ã¨ stato buono. Voglio dire, semifinali in Australia e quarti a Doha, ma sono molto contento di come sto e del mio stato mentale. Come ho detto, cerchiamo di massimizzare il nostro potenziale. La stagione Ã¨ appena iniziata, quindi questi tornei sono molto importanti per me prima di passare alla terra battuta. Mi sento bene quando gioco un buon tennis e ora vediamo come vaâ?•.

Lo scorso anno il campione di Wimbledon Ã¨ sbarcato sul canale YouTube con il suo vlog ed Ã¨ contento di come sta andando: â??Credo che i fan non sappiano esattamente come siamo come persone, quindi questo aiuta anche a mostrare come sono fuori dal campo. Penso che sia una cosa fantastica. Personalmente, mi piace guardare anche video di altri sportivi e sÃ¬ Ã¨ ovviamente qualcosa di diverso. Dietro di me câ??Ã¨ il mio team che fa tutto il lavoro: non devo preoccuparmi di nientâ??altro. Ma allo stesso tempo Ã¨ bello mostrare qualcosa al di fuori del tennis. Sai, a volte come ci alleniamo o quali altre cose mi piace fare al di fuori di un campo da tennis. Penso che sia bello, ma allo stesso tempo ovviamente la prioritÃ Ã¨ sempre giocare a tennis. Ed Ã¨ quello che amo fareâ?•.

Il tennis Ã¨ la prioritÃ ma non Ã¨ tutto: â??La cosa piÃ¹ importante Ã¨ avere sempre persone positive intorno a me, perchÃ© questo ti dÃ giÃ molta stabilitÃ , nella tua vita personale, nella vita che viviamo,

che a volte Ã¨ piuttosto frenetica -sottolinea Sinner-. Quindi lâ??unica cosa che vuoi fare Ã¨ semplicemente stare a casa e fare qualcosa di molto, molto rilassante. Allo stesso tempo, ho anche bisogno di fare altre cose, che sia giocare a golf o guidare una macchina o qualsiasi altra cosa, giocare alla PlayStation, e semplicemente vivere la vita di un ventiquattrenne. So che al giorno dâ??oggi questi momenti sono molto, molto rari, perchÃ© sacrifico molto per essere nella posizione in cui mi trovo, ma Ã¨ importante circondarsi di persone positive, persone che capiscono come sei come persona. Penso che questo ti dia giÃ tanti aspetti positiviâ?•.

â??

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

default watermark

Data di creazione
Marzo 4, 2026
Autore
redazione