



Sinner e il retroscena sulla preparazione: «Mi sono allenato sotto al sole, lo farò anche in futuro».

Descrizione

(Adnkronos) «La mia preparazione sta andando molto bene. Questo è un posto speciale e speriamo che sia un grande torneo». Jannik Sinner ha parlato così, oggi mercoledì 4 marzo, a poche ore dal suo esordio a Indian Wells (venerdì 6 marzo, contro il vincente tra l'australiano James Duckworth e il ceco Dalibor Svrčina). «Sono molto contento di come mi sento in campo, vogliamo arrivare il più lontano possibile. Allo stesso tempo, cerchiamo anche di migliorare un paio di cose. Sto cercando di essere un po' più aggressivo a volte sulla linea di fondo. Credo che stiamo facendo un ottimo lavoro. È stata una settimana di allenamenti molto dura per me. Abbiamo trascorso molte, molte ore ad allenarci». Sinner ha spiegato di aver svolto una parte importante della preparazione al caldo: «La scorsa settimana faceva tanto caldo e a me ha fatto bene, ci siamo allenati sotto al sole. Sicuramente sarà un tipo di preparazione che faremo anche in futuro, cercando di allenarci nei posti dove fa più caldo».

Sinner ha aggiunto: «L'inizio di stagione è 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 è 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 va».

Lo scorso anno il campione di Wimbledon è sbarcato sul canale YouTube con il suo vlog ed è contento di come sta andando: «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 sarà ovviamente qualcosa di diverso. Dietro di me c'è il mio team che fa tutto il lavoro: non devo preoccuparmi di niente altro. Ma allo stesso tempo è 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 priorità è sempre giocare a tennis. Ed è quello che amo fare».

Il tennis è la priorità ma non è tutto: «La cosa più importante è avere sempre persone positive intorno a me, perché questo ti dà molta stabilità, 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

Data di creazione

Marzo 4, 2026

Autore

redazione

default watermark