

Sinner, lâ??operazione alle tonsille e il recupero: â??Voglio tornare piÃ¹ forte di primaâ?•

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Jannik Sinner continua a lavorare per lasciarsi alle spalle lâ??infortunio al ginocchio destro e tornare in campo nelle migliori condizioni possibili. Nel video â??Jannik Sinner Unfiltered â?? Health & Recoveryâ?? racconta il percorso di recupero, il lavoro quotidiano a Montecarlo e la strategia condivisa con il suo staff: nessuna corsa contro il tempo, ma una programmazione orientata soprattutto al futuro. La filosofia Ã¨ chiara: non bisogna pensare soltanto al rientro, ma alla possibilitÃ di continuare a giocare ad alto livello il piÃ¹ a lungo possibile. â??Abbiamo sempre una visione di medio-lungo termineâ?•, spiega un componente del suo staff, sottolineando come lâ??obiettivo sia permettere allâ??azzurro di tornare al massimo delle proprie possibilitÃ fisiche.

Sinner, dal canto suo, conferma tutta la propria dedizione, ma riconosce anche lâ??importanza di staccare mentalmente dal tennis. La vita fuori dal campo, le amicizie e qualche momento di svago sono aspetti che possono contribuire alla crescita personale di un atleta. Nel racconto câ??Ã¨ spazio anche per una novitÃ sulle sue condizioni fisiche. Il campione altoatesino rivela di essersi recentemente sottoposto a un intervento per la rimozione delle tonsille, unâ??operazione che gli ha provocato una significativa perdita di peso. â??Forse si vede dal viso, Ã¨ piuttosto asciuttoâ?•, osserva Sinner. Per questo, il lavoro a Monaco Ã¨ ora concentrato anche sul recupero della massa muscolare: â??Stiamo cercando di tornare ancora piÃ¹ forti di primaâ?•.

La lontananza dal tennis si fa sentire. â??Mi manca giÃ tantissimoâ?•, ammette il campione di Wimbledon, che spera di riprendere il prima possibile gli allenamenti sempre che le sensazioni fisiche siano positive. Il pensiero corre anche allâ??Australia e al ritorno davanti al pubblico. â??Penso che quando ricomincerÃ² in Australia davanti a qualche tifoso, sarÃ meravigliosoâ?•. Dopo settimane di lavoro e riabilitazione, lâ??idea di ritrovare i tifosi e tornare a competere rappresenta una motivazione importante. La prioritÃ , perÃ², resta recuperare senza forzature: Sinner vuole tornare quando sarÃ davvero pronto, con lâ??ambizione di essere ancora piÃ¹ forte.

â??

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Novembre 11, 2026
Autore
redazione

default watermark