



## CRC, appuntamento con la rubrica Palla Ovale con Federico La Rosa e Leonardo Pala

Il mondo del Rugby attraverso la rubrica “Palla Ovale” storia ed attualità delle giovanili del Civitavecchia Rugby ci svela cosa rappresenta questo sport per Federico La Rosa allenatore UNDER 10 del CRC e Leonardo Pala accompagnatore/dirigente della UNDER 14 del CRC.

### **Federico La Rosa**



L'anno 2019 è stato prolifico in quanto ho allenato la UNDER 6 del CRC per poi proseguire con il nuovo anno sportivo con la UNDER 10. - inizia così la sua intervista Federico La Rosa allenatore UNDER 10 del CRC - Allenare nel Minirugby è una esperienza importante , devi avere passione che deve essere continuamente coltivata con aggiornamenti tecnici ed istruttivi pedagogici affinché ci sia un insegnamento completo ossia sportivo e sociale. Quando alleno i miei rugbisti spesso mi vedo in loro e cerco di comprendere il loro stato d'animo soprattutto nei momenti di difficoltà. Per poter descrivere o parlare di Rugby faccio riferimento ad una frase che mi è rimasta impressa nella mente : “ Il Rugby è semplicemente

una sinfonia bellissima suonata da uomini delle caverne”.

### **Leonardo Pala**



Far parte del Civitavecchia Rugby è davvero una avventura entusiasmante sia nel ruolo di accompagnatore/dirigente sia come genitore - racconta così Leonardo Pala il suo ruolo di accompagnatore/dirigente della UNDER 14 del CRC - La UNDER 14 del Civitavecchia Rugby è un gruppo molto eterogeneo che nonostante i cosiddetti " lavori in corso" , da segni evidenti di miglioramento sia dal punto di vista caratteriale che tecnico. I genitori dei ragazzi fanno parte integrante della squadra , devono permettere , con il sacrificio del loro tempo libero , di frequentare assiduamente allenamenti e partite ai loro figli. Mi sono subito sentito in una grande famiglia nel CRC , sia con le persone al campo , ma soprattutto con i ragazzi con cui comunico ed ascolto i loro pensieri. Auguro che il Civitavecchia Rugby rimanga una eccellenza come è ora in quanto il Rugby insegna la lealtà verso tutto il mondo dello sport e della vita.

***CIVITAVECCHIA RUGBY CENTUMCELLÆ***