



Sport su ghiaccio, hockey: la Nazionale femminile in raduno a Montréal

Roma - 28 nov 2025 (Prima Pagina News) Parla Marta Mazzocchi:
“Le sensazioni sono ottime, tanto lavoro tra palestra e pista”.

Si è aperto lunedì e durerà fino al 20 dicembre il raduno pre-olimpico della Nazionale italiana femminile, che a Montréal sta vivendo un'importante esperienza di quattro settimane per farsi trovare pronta ai Giochi di Milano-Cortina 2026. Le azzurre, che torneranno in Canada per altre due settimane a gennaio, hanno preso confidenza con l'ambiente e quotidianamente lavorano agli ordini dell'head coach Eric Bouchard e di tutto il suo staff. A raccontare come funziona la giornata delle atlete della Nazionale italiana femminile ci pensa l'attaccante Marta Mazzocchi, 21enne aostana in forza alle Eagles e reduce nelle stagioni scorse da un'importante esperienza negli Stati Uniti. “Durante la mattina facciamo delle sessioni di lavoro in palestra che durano tra un'ora e un'ora e venti. Siamo seguite dalla preparatrice Marie-Claude Lapointe, che aveva già lavorato con noi. Finita quella c'è la parte di ripresa, quindi il pranzo e poi ogni pomeriggio dal lunedì al venerdì siamo sul ghiaccio”. Le azzurre si allenano al Centre 21.02, un impianto di alta specializzazione per l'hockey femminile dove non sono da sole: nella stessa sede infatti si allenano le Montréal Victoire, la squadra della PWHL (la lega professionistica nordamericana femminile) in cui milita tra le altre Marie-Philip Poulin, dati alla mano la giocatrice di hockey femminile più forte al mondo: tre ori olimpici, quattro ori iridati, una sfilza di premi personali e numeri impressionanti contraddistinguono la 34enne che da quattro stagioni è anche inserita nello staff dei Montréal Canadiens della NHL. “Al Centre 21.02 abbiamo uno spazio tutto dedicato a noi, con due spogliatoi e strumentazioni avanzate. Ogni giorno facciamo dei meeting di squadra seguiti da delle sessioni video, quindi andiamo sul ghiaccio. Normalmente gli allenamenti sono di un'ora e dieci minuti, seguiti da un'altra sessione di venti minuti in cui gli allenatori si occupano di situazioni specifiche come il lavoro delle sole attaccanti o delle difensori. La prima settimana è andata molto bene, in pista riusciamo a tenere sempre alta l'intensità come richiesto dallo staff tecnico e stiamo proseguendo con quanto iniziato a fare a Bolzano lo scorso novembre. Le sensazioni sono assolutamente quelle giuste” dice Marta Mazzocchi.

(Prima Pagina News) Venerdì 28 Novembre 2025