L'intervista a.....

Giulia RUMA

Carriera:

Dal 2017 al 2018	OSG Guanzate (maschile)
Dal 2018 al 2019	Olimpia Cadorago (maschile)
Dal 2019	Como *Women*

Innanzitutto volevo chiederti..... come ti sei avvicinata al mondo del calcio e quando è maturata la scelta di ricoprire il ruolo del portiere?

Ho sempre giocato a calcio durante la ricreazione con i miei compagni, in più mio padre era portiere quindi ho sempre desiderato farlo.

Quanto ha inciso il Como Women nella tua crescita professionale?

Moltissimo visto che ho iniziato a giocare con i maschi per 2 anni e poi sono cresciuta al Como Women fino ad ora. Ho praticamente passato tutto il settore giovanile qui.

L'intervista a..... Giulia RUMA

Hai sempre avuto un allenatore dei portieri?

No, quando ho iniziato non lo avevo, ma andando avanti negli anni ne ho poi cambiati molti.

Mi descrivi la tua settimana tipo?

Provenendo dalla partita di domenica, il lunedì solitamente è libero, il martedì si lavora principalmente sul possesso palla, il mercoledì giornata dedicata alla palestra con lavori per gli arti superiori e inferiori, il giovedì seduta tecnica specifica e poi si va a lavorare con la squadra partecipando a partitelle a campo ridotto, il Venerdì preparazione alla gara con esercitazioni di tecnica specifica e sabato lavoro principalmente sulla reattività e ricerca della giusta concentrazione. Tutte le giornate di allenamento sono svolte la mattina.

C'è un'aspetto del gioco o della tecnica su cui stai lavorando per migliorarla ulteriormente?

Sull'aspetto tecnico sto lavorando sul piede debole, ma in realtà mi concentro sul migliorare il più possibile tutto.

E' cambiato il tuo modo di allenarti negli anni?

Certo, soprattutto quest'anno che ho iniziato ad allenarmi tutti i giorni la mattina, mentre prima mi allenavo nel pomeriggio quando tornavo da scuola.

L'intervista a..... Giulia RUMA

Quali sono secondo te le qualità che dovrebbe avere un portiere?

Agilità, reattività, astuzia e un pò di pazzia, e non ultimo un carattere forte.

Come gestisci le emozioni prima e durante la partita?

Cerco di stare tranquilla e senza pensieri, se durante un riscaldamento pre-partita non va tutto come voglio io cerco di ricominciare tutto da capo e penso a come giocherò bene. Durante la partita dipende dall'andamento della stessa, cerco di temermi concentrata incitando le mie compagne.

Secondo te..... Portiere si nasce o si diventa?

L'istinto bisogna averlo nel sangue, poi con tanto lavoro si possono raggiungere tutti gli obiettivi.

Hai un rituale pre-partita o qualche abitudine particolare prima di scendere in campo?

Non ho rituali ma ho delle fisse, ad esempio se non ho la coda dei capelli come piace a me continua a rifarla fino a quando non sono pienamente soddisfatta, inoltre posiziono le mie cose in panchina sempre allo stesso modo.

L'intervista a..... Giulia RUMA

Hai già due presenze in serie A di cui una avvenuta il 14 gennaio del 2023 esordendo a soli 16 anni..... in quel preciso momento in cui hai realizzato che dovevi entrare in campo che cosa hai provato?

Nel momento in cui sono dovuta entrare poiché il portiere titolare è stato espulso, il mio ex allenatore e il capitano Giulia RIZZON sono venute a scuotermi perchè non credevo di poter entrare!!!! Da quel momento ho avuto come un vuoto e solo qualche settimana dopo ho realizzato ciò che era successo.

Il complimento più bello che hai ricevuto da un avversario, da un mister o comunque qualcuno dagli addetti ai lavori?

Ne ho ricevuti tanti che mi hanno fatto piacere, ma se devo dirne uno in particolare, il mio ex allenatore dei portieri. Mi ha detto che riuscire ad allenarmi alla pari con i portieri di prima squadra nonostante la mia giovane età era la dimostrazione delle mie qualità.

Quali differenze hai notato, se secondo te ce ne sono, tra la Primavera 1, dove sei titolare e la Serie A femminile?

Ci sono differenze fisiche, tecniche, di intensità e anche di atteggiamento. Secondo me c'è un divario enorme.

L'intervista a..... Giulia RUMA

C'è stato un periodo o comunque un momento difficile che hai dovuto affrontare?

Nella partita decisiva per la vittoria del Campionato Primavera 2, dopo un mio errore sul quale abbiamo preso gol, mi sono poi riscattata disputando una grande partita.

Mi descrivi la parata più bella che ti è rimasta nel cuore?

La parata su GIRELLI contro la Juventus in questa stagione, perchè è stato veramente un bell'intervento e poi.....l'ho fatto in serie A!!!!

Hai avuto o hai modelli a cui ispirarti?

Mi piaceva Gigi BUFFON, ora seguo molto CURTOIS e DONNARUMMA, mentre nel femminile in questo momento non ho modelli che mi ispirino.

L'intervista a..... Giulia RUMA

Quale consiglio daresti ad una ragazza che vuole avvicinarsi a questo ruolo?

Divertirsi prima di tutto e puntare sempre a migliorarsi ogni giorno senza mai accontentarsi.

Secondo te come si evolverà il ruolo del portiere nel calcio femminile?

Gli standard fisici e tecnici si alzeranno sempre di più come è successo in questi ultimi anni.

Al giorno d'oggi il portiere è spesso visto come un giocatore aggiuntivo in fase di costruzione del gioco, cosa ne pensi?

Mi piace tanto questa cosa, e mi piace molto partecipare alla costruzione, inoltre dà modo ai portieri di essere più attivi durante la partita e in un certo senso rimanere concentrati.

Quando non sei impegnata a difendere la porta, quali sono i tuo hobby preferiti?

Mi piace molto cucinare, fare qualche lavoretto in giardino e soprattutto uscire con gli amici!!

Ti ringraziamo per il tempo dedicato e ti auguriamo una carriera sportiva ricca di soddisfazioni!!!

Grazie a voi!!!!