

Europei di Berlino 2014

L'Ufficio Stampa ringrazia gli operatori della comunicazione con una sintetica rassegna stampa.

Abbiamo lavorato duramente per più di quindici giorni, festeggiato, recriminato e tifato insieme, seguendo le gesta dei nostri campioni che si sono esaltati nelle acque del Velodrom e del bacino del Regattastrecke Grünau. Alla fine abbiamo alzato le braccia al cielo per 23 volte, e per otto volte è risuonato l'inno di Mameli in terra tedesca rendendoci orgogliosi e fieri di essere italiani.

Con questa sintetica rassegna stampa, l'Ufficio Stampa della Federazione Italiana Nuoto intende ripercorrere le tappe salienti della 32esima edizione dei Campionati Europei di nuoto, nuoto in acque libere, nuoto sincronizzato, e tuffi, e ringraziare tutti i colleghi e gli operatori della comunicazione che hanno reso memorabili le "infinite" giornate vissute insieme. Grazie.



Super Ponselé

UN DEBUTTO DA FAVOLA

«Ha preso dal nonno che andava a nuoto da Fano a Pesaro»

Mamma Franca e papà Michele raccontano la loro Aurora
 «E' diventata fondista per caso, preferiva il sincronizzato»
 Il tecnico Sacchi: «E' il nostro futuro in acque libere»

«Ha dimostrato di saper soffrire e di sapere come si fa a far soffrire le avversarie»

GRUNAU

La mamma, di poche parole e tante emozioni, dice che «Aurora è una nuotatrice di fondo per caso, al massimo era affascinata dal sincronizzato, sì è vero non ero mai entrata in un aereo, ma stavolta me la sentivo che sarebbe andata bene e mi sono fatta convincere a venire a Berlino». Franca Ciuffoli ha voluto chiamare la figlia Aurora: conosceva una ragazza bellissima di nome Aurora Delle Rose e si innamorò di lei, così quando nacque la nuotatrice fu scelta questa ispirazione. Il giorno del bronzo è utile a ricordare tutto questo: è una gemma che sboccia, Aurora, una nuotatrice che un giorno tornerà nelle Marche magari laureata in Scienze della nutrizione, secondo obiettivo dopo lo sport e il diploma in agraria. Il padre, Michele, giocava a pallavolo ad Ancona: aveva un fratello, Carlo Andrea, che fino ad un mese era il primo tifoso della figlia e la spingeva a crederci. Come del resto il

nonno Angiolino che sosteneva Aurora a darci sotto, a prendere la vita a bracciate:

«Mio padre andava da Pesaro a Fano a nuoto» fa Michele che si gode la medaglia della figlia come un talismano: «Aurora ha preso tutto dal nonno».

Costruzione Un'eredità felice: la continuità nel segno dell'acqua, una tradizione che si rinnova grazie a questa marchigiana scoperta da Marco Forni ed ora di stanza Roma: «Questa medaglia - racconta il tecnico Emanuele Sacchi - è stata costruito con un anno di lavoro importante: lei è ancora in un percorso evolutivo di cui vedremo nei prossimi anni altri grandi frutti. Ai campionati tricolori aveva fatto una prova generale di grande fuga ma era partita ai 4 km, qui subito è scappata, non voleva rischiare, rimanere invischiata nella bagarre con una partenza lenta. Ha dimostrato nel finale di voler lottare per la medaglia, e se nell'ultima boa non si fosse scontrata con la Bruni, avrebbe anche potuto prendere l'oro. Le servirà tutto di questa gara». Il piano di Sacchi è far diventare Aurora la «fondista del futuro»: «Stiamo provando con lei una tipo-

logia di lavoro nuovo che ci impone ormai la 10 km olimpica e la velocità delle gare sempre maggiori in queste grandi piscine visto che ormai di rado si gareggia nei mari. I tracciati ci impongono di velocizzare le andature. Anche l'olandese era salita sul podio in vasca: perciò ci lavoriamo spesso». Aurora sarebbe la mezzofondista perfetta negli 800, «la specialità che adora di più, ma anche nei 1500 qui potrà far bene: in questi Europei capiremo fin dove potrà spingersi e come reagirà alla fatica, arriverà stanca in piscina la prossima settimana ma voglio capire il segnale che darà. Qui ha dimostrato di saper soffrire e saper far soffrire le avversarie col suo ritmo: ed alla fine ha avuto ragione e si ritrova sul podio con gente come la Rizstov che ha vinto l'Oro olimpico». Anche il c.t. Massimo Giuliani fa i complimenti alla Ponselé: «Le sue doti le scoprimmo già tre anni fa, sa adattarsi alle situazioni e sorprenderci. E' riuscita a mettere in difficoltà proprio tutte. Anche la Grimaldi? Mi aspettavo qualcosa in più, ma la sana competizione interna ci deve essere, anche la Bruni ha fatto una grande gara».

S.A.

© RIPRODUZIONE RISERVATA





Aurora Ponselé, 22 anni, di Fano, con la mamma, Franca Ciuffoli

GIOVEDÌ 14 AGOSTO 2014 | LA GAZZETTA DELLO SPORT | 4

Nuoto e Atletica

di FAUSTO NARDUCCI

IL BRONZO DELLA GUERRIERA SPARTANA E LO SHOW DELLA PANTERITA CUBANA

A Zurigo gli Europei di atletica sembrano il festival dei rammarichi azzurri: le stesse frasi dolenti che si ripetono all'infinito davanti ai microfoni della Rai come in un rito funebre che molti vorrebbero evitare. Poi arriva Libania Grenot, fresca di qualificazione per la finale dei 400 di domani, e il registro cambia di colpo. La malinconia lascia il posto alla frizzante allegria caraibica, il fado si trasforma in salsa. Libania è un po' lunatica: quando le gira male è di poche parole (per sua



stessa ammissione), quando è felice non si ferma più. Ma stavolta la Panterita ha mostrato in tv una faccia quasi inedita commentando in terza persona (come se fosse il telecronista Franco Bragagna) le immagini della sua semifinale che le scorrevano davanti: «Bravissima, che bella corsa. Vai Libania che stai andando bene, stai facendo una bella gara, ora controlla e pensa alla finale». Grandi risate, immancabili proposte televisive da parte dell'intervi-

statrice Elisabetta Caporale e poi il bis: «Io non me andrò mai dall'Italia, mi piace troppo. E venerdì guardate in tv la finale: non vi deluderò». Sull'altro fronte europeo, quello del nuoto di fondo a Berlino, lo spartito musicale di Aurora Ponselé, bronzo nei 10 km, lo ha scritto invece il fidanzato Simone Ruffini che oggi gareggerà sulla stessa distanza e non per niente fa il deejay. E nelle sue parole anche la 22enne pesarese, attesa da altre 4 gare a Berlino, è diventata una Pantera con le unghie laccate. «Aurora? E' una guerriera spartana».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

7

Il sincro va in scena “Nuotare non basta vincerete col teatro”

Callegari, Cattaneo, Cerruti, Deidda, Ferro, Flamini, Perrupato, Schiesaro, Sgarzi), che balla su un'idea coreografica di Anastasia Ermakova, la musica è da "Sherazade" di Korakov. «Ci dicono sempre che noi italiani nuotiamo solo con la forza. Con questo esercizio invece vogliamo mostrare anche la nostra eleganza, il dinamismo, l'individualità». Il musical è morto. Invece che teatro, la piscina.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La specialità ispirata ai musical cambia rotta In allenamento un attore: “Raccontate l'anima”

DAL NOSTRO INVIATO
ALESSANDRA RETICO

BERLINO
ERANO le ballerine della piscina, adesso chiamatele per favore attrici. Il musical ha fatto il suo (glorioso) tempo e la sirenetta di Hollywood Esther Williams non c'è più. Per questo il sincro va a teatro. Agli Europei di Berlino le prime recite della nazionale azzurra guidata dal ct Patrizia Giallombardo, ex nuotatrice savonese. È venuta a lei l'idea di coinvolgere nella preparazione delle sue ragazze l'attore e regista Enrico Zaccheo, che ha tenuto lezioni di tecniche di gestualità, interpretazione, espressione del corpo. Meno artifici, più personalità. Tanto spettacolo, sempre, ma mettendo sulla scena la coreografia dell'anima, più che dei costumi, delle lacche e delle paillettes. «Il nostro palco è la vasca. E' lì dentro che il gesto non può essere più soltanto acrobatico, tecnico, puramente ginnico ma deve saper raccontare lo stato d'animo e il sentimento». Lo stereotipo della sincronetta che balla nonostante l'acqua, non basta più. Continua la ct: «Mi piace migliorare la parte artistica, far emergere più che la forza, l'energia sprigionata dalle persone. Chi fa sincro non può più essere esecutrice di gesti perfetti, ma deve saper comunicare vita, emozioni. Sono corpi che sentono le atlete, a me interessa quello che vivono nel momento della gara, cosa pensano, quali sono le spinte che vengono da dentro, dal loro profondo».

Da un mese e mezzo, nell'ultimo collegiale, le azzurre hanno lavorato col maestro Zaccheo su tecniche di coordinazione, sulla percezione dello spazio, sulla presenza in scena:

Il ct Giallombardo: “La Cerruti per la prima volta trasmette emozioni: il palcoscenico ti toglie la paura, fa venire a galla la persona”

«Alcuni esercizi si concentrano sullo sguardo, sulla capacità di rivolgerlo e attirarlo. È la grande lezione del teatro, del suo linguaggio: far entrare gli spettatori dentro il racconto. Finora il sincro è stato un mirabile spettacolo, ma un po' asettico. Noi puntiamo a dare personalità e soggettività alle atlete». Guardate Linda Cerruti, la singolista azzurra di soli 20 anni: negli ultimi tre anni è stata argento agli Eurojunior di Belgrado 2011, quinta agli Europei di Eindhoven 2012, terza alle Universiadi di Kazan 2013 e ottava ai Mondiali di Barcellona 2013. All'esordio a Berlino, quarta nel solo tecnico («Mi sono sentita subito bene, in acqua mi sono divertita a fare gli elementi tecnici, che di solito mi condizionavano») e nel duo libero con la Ferro. Vede i frutti del lavoro, Giallombardo: «Mi ha fatto venire la pelle d'oca. È entrata nel personaggio, per la prima volta ha interpretato il ruolo della singolista, ha trasmesso emozioni. In alcune figure si è anche trattenuta per non rischiare di sbagliare e può fare ancora meglio. Questo nuovo atteggiamento in gara è ciò che volevamo, ci stiamo lavorando dall'inizio della stagione. La nuova collaborazione con Zaccheo è stata determinante sotto l'aspetto espressivo e interpretativo. L'ho conosciuto attraverso mio marito, amicizie in comune, e parlando abbiamo capito che questo progetto ci stimolava entrambi. Il teatro ti toglie la paura di entrare in scena, ti arricchisce di conoscenza. Tifa anche entrare nella drammaturgia». Non più recite da pupazzi, brillantini e sorrisi. Show di plastica purezza, ma dove il cuore palpita poco: «Il teatro ti aiuta a leggere. A capire il testo, il perché fai un gesto e perché in quel modo. Fa venire a galla la persona, non solo la maschera». A Berlino l'Italia punta al podio nel libero combinato (Bozzo,

14

europèi di Nuoto

L'ACQUA È DIVENTATA PIÙ AZZURRA ORA DOBBIAMO AVERE FEDE (E NON SOLO)

di **STEFANO ARCOBELLI**

Dalle fatiche nelle acque e dagli esercizi del sincronizzato, gli Europei di nuoto aprono oggi la seconda settimana: quella dei tuffi e, soprattutto, del nuoto in corsia. Linda Cerruti e le sincronette, Martina Grimaldi, Edoardo Stochino e Aurora Ponselè col gruppo dei caimani, danno la linea a Tania Cagnotto e Federica Pellegrini (foto), in un'alternanza che speriamo sia foriera di nuovi raccolti. Il bottino del fondo avrebbe potuto essere più cospicuo, ma come un anno fa il «colpo di coda» dell'oro della Grimaldi ha salvato il bilancio e rasserenato l'ambiente del gruppo guidato dal c.t. (nonché sindaco di Piombino) Massimo Giuliani. La Ponselè è stato il volto nuovo della spedizione, ma anche la più giovane Ilaria Raimondi a 20 anni con un sesto posto indica che il rinnovamento generazionale può cominciare a dare i frutti.

Anche il record di punti del nuoto sincronizzato adesso può sembrare il prologo di altri primati, che solo il cronometro potrà premiare per la nazionale di corsia. Oggi con le staffette veloci comincia una settimana molto intensa per chi deve farsi perdonare un'Olimpiade da ze-

ro medaglie e un Mondiale in cui abbiamo evitato lo zero grazie alla solita Fede e al talento del mezzofondista Gregorio Paltrinieri. Le donne destano più curiosità per una volta, perché anche la 4x200 rosa diventa la staffetta con più speranze di vittorie: potrebbe cadere il muro del minuto nei 100 dorso con l'argento uscente Arianna Barbieri, potrebbe esserci la lieta novella nei 100 farfalla con Elena Di Liddo nei panni di una Bianchi come a Londra, potrebbe maturare qualche sorpresa nella rana con un trio nuovo come Celli, De

Ascentis e Castiglioni; ma resta sempre una nazionale Fede-dipendente, mentre tra gli uomini prima ancora della velocità (per la quale Luca Dotto e Marco Orsi cercano il definitivo salto di qualità) sono i gemelli Detti e Paltrinieri a partire favoriti per l'oro negli 800 e 1500, mentre è tutto da scoprire Mitch D'Arrigo nei 200 e 400 sl. Insomma le aspettative sono alte come numerosa è la spedizione (42), comprendente anche i volti nuovi di una specialità come il dorso che da troppi anni era rimasta ai margini. Credici Italia. O abbi Fede...



© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA RINASCITA IL SIMBOLO CERRUTI: «SALTO DI QUALITÀ, SFONDATO IL MURO DEI 90MILA PUNTI. CRESCIUTE NELLA TECNICA»

Sincronizzato, il podio della maturità: «È solo l'inizio»

Bronzo nel libero combinato dietro Ucraina e Spagna
Giallombardo: «Ora parliamo al plurale»

BERLINO

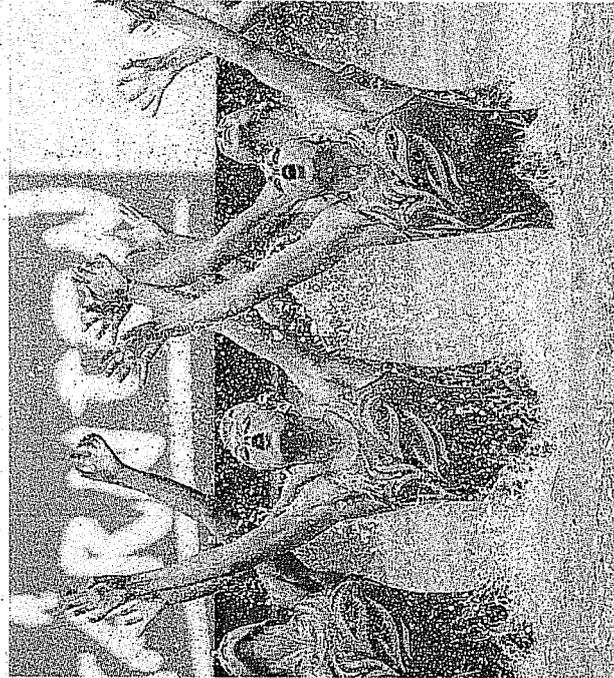
Ballu Linda, ma non solo lei, la Cerruti che si integra nel team del libero combinato e compie quel balzo necessario, fondamentale, per salire sul podio. Dopo i quarti posti nel Solo e nel Duo (con Castanza Ferro), pure Linda si gode la meritata medaglia, un premio alle continue fatiche. È il bronzo che rende felice una squadra che strizza l'occhio al

lo spettacolo, s'ispira al tema di Sherazade, con Manila Flaminini che ostenta la fisicità e Linda che metaforicamente si libera del sultano con l'espresività e la classe del talento in fase di consolidamento.

Record L'Italia entra dunque nel medagliere anche attraverso una disciplina che in passato raccoglieva di più, ma adesso sta ripositionandosi nelle gerarchie sempre troppo rigide con la Russia praticamente imbattibile, ma assente in questa specialità (non olimpica), l'Ucraina che soffia l'oro ad una Spagna ambiziosa. «Adesso che abbiamo finalmente centrato l'obiettivo dei 90.000 punti — racconta la Cerruti — possiamo dire di aver fatto il salto di qualità, lo

volevano fortemente, proprio mentre i giudici stanno abbassando i punteggi per noi superare quella quota è qualcosa di significativo, vuol dire che il gap si sta restringendo». La direttrice del gruppo, Patrizia Giallombardo libera il sorriso per quest'Italia «che ha saputo unire tutto il meglio delle individualità, ora parliamo al plurale tutte, staff compreso».

Caratteristiche Anche lo stare insieme fuori dall'acqua sta cementando il team che ha in Sara Sgarzi la molla: «È la giullare della squadra, e ride sempre» la fionda capitana Manila Flaminini. Quasi tutto il contrario di Francesca Deidda «la mente, la più seria». C'è la Perrupato in arte «Bradipo», Dalida Schiesaro «è la più gal-



Le azzurre di sincronizzato durante il libero combinato INSIDE

leggiante» e il 28 settembre si sposterà con il tuffatore Francesco Dell'Uomo tanto da tornare a Berlino per vedere le sue gare; Beatrice Callegari «è la più bella, il nostro punto di forza, una sorta di centroboia». E Linda s'illumina: «Siamo cresciute nella tecnica, nel 2015 dovremo potenziare le coreografie». E aumentare la velocità: per arrivare sino al podio mondiale? «Ci è riuscita finora solo Beatrice Adelizzi nel Solo, nel sincro non si salta no troppi gradini velocemente, ma l'importante è che il gruppo sia unito in acqua e fuori, è una squadra compatta ed è bello faticare così se poi arrivano queste soddisfazioni. Sì, ero stanca dei quarti posti, il bronzo è solo l'inizio...».

s.a.

Nuoto

La bolognese prima nella 25 km, bronzo per Stochino nella gara degli uomini
Italia sul podio anche nel sincronizzato

La regina della fatica
è ancora la Grimaldi
nel giorno delle medaglie

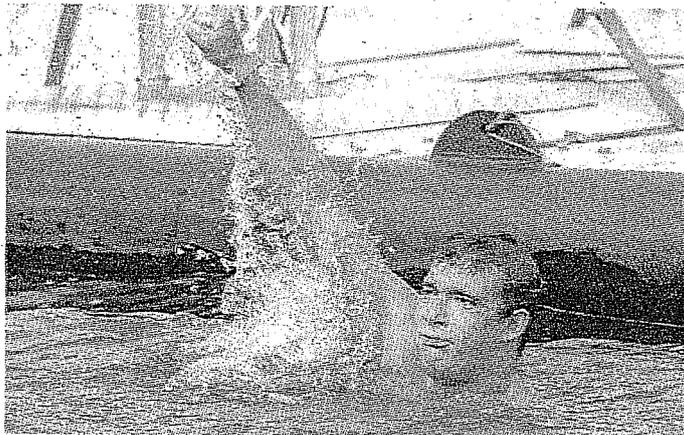
DAL NOSTRO INVIATO
ALESSANDRA RETICO

BERLINO

FL'ORO di una ragazza normale, figlia di un'Italia che non scansa la fatica di ogni giorno, che attraversa l'ombra e forse mai la lascia, che nuota per ore e chilometri in un'affollata solitudine di alghe, bestie, correnti e gomitate, però, alla fine della maratona, vaglielo a chiedere qual è il senso di tutto questo viaggio: «L'amore per l'acqua. E per gli amici, i parenti, la polizia che mi sostiene: dedico a loro questa medaglia. Senza di loro io non sarei qui».

Eccola Martina Grimaldi da Bologna, è sua la 25 km di fondo agli Europei di Berlino come un anno fa ai mondiali di Barcellona. «Ma allora non mi resi conto di vincere. Adesso, vi assicuro, il traguardo lo vedevo bene davanti a me e non avevo nessuna intenzione di distrarmi dalla mira». Piena di rabbia dopo il decimo posto nell'unica gara che va alle Olimpiadi (10 km), è stata dietro alle altre, coperta, quasi in disparte ma sempre lì, stacchi e allunghi da mettere il mal di mare alle avversarie, bracciata dopo bracciata per 5 ore 19 minuti e 14 secondi quando in uno slancio che non si capisce da quale riserva venga attinto, ha spruzzato coi talloni davanti all'ungherese Anna Olasz e alla cara vecchia mastina del fondo, la tedesca Angela Maurer, 39 anni e terza (sesta e bravissima la 20enne esordiente Ilaria Raimondi, Alice Franco settima).

Una che ha fatto il suo lavoro, Martina: «Sono davvero contenta, nella 10 chilometri non è andata forse perché ho stravolto il modo in cui mi riesce meglio nuotare, senza spingere troppo all'inizio ma stando lì, fresca per la parte finale». Fresca? «Non ho avuto fretta. Ma in attacco sì. Il mio oro salva il fondo? Ma anche tutti gli altri sono stati bravi, anche quelli che per poco non sono arrivati a medaglia, anche il bronzo di Stoc è importante per una squadra come la nostra, forte e unita». Il bronzo di Edoardo Stochino, intende Martina: il genovese di Chiavari, 27 anni, cercatore di funghi, camminatore in montagna con i cani, poliziotto anche lui (congratulatione per tutti del prefetto Pan-



TRE MEDAGLIE

In alto, Edoardo Stochino, bronzo nella 25 km. Qui sopra, le ragazze del libero combinato. Sotto, Martina Grimaldi, oro nella 25 km

sa), allenato da una donna (Cristiana Bruschi). Un tipo da raccontare per la prima medaglia vera, dietro all'oro del francese. Raymond e al russo Drattcev (5° Sanzullo, 10° Cleri). Lui: «E' stata dura, dopo la fuga del francese è stata una gara tattica per il terzo posto, con Sanzullo abbiamo fatto un buon gioco di squadra, con lui siamo compagni nelle Fiamme Oro: io ho scelto la rotta più interna, lui quella più esterna, ed è andata bene a me. Questa medaglia la dedico innanzitutto a me stesso, visto che dopo un

paio d'anni sono riuscito a ritrovarmi con pazienza e costanza».

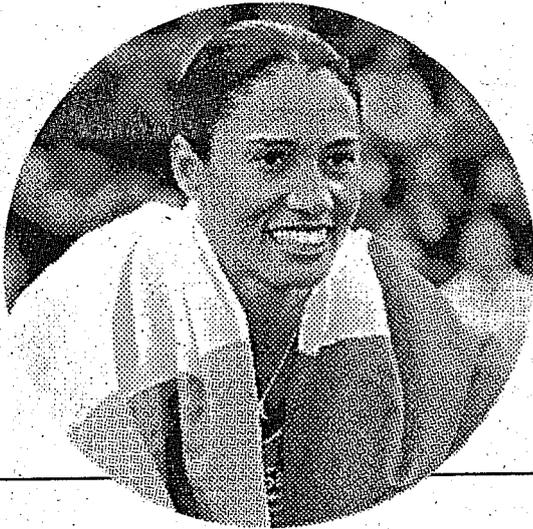
Pazienza e costanza, e fatica, e questa cosa del gruppo: l'Italia che uno sogna, e che c'è. Nel nuoto sincronizzato lo dice anche Linda Cerruti, ieri quarta nel singolo e bronzo con la squadra di 10 compagne nel libero combinato, vent'anni ancora tutti da ballare: «E' la prima volta che nuoto in squadra, pensavo fosse difficile inserirsi, invece mi hanno accolta bene, abbiamo lavorato insieme e insieme abbiamo raggiunto questo risultato. Vedrete, cresceremo». Chiedetelo a Martina, stessa età di Federica Pellegrini (26) ma senza tutto il resto: la notorietà, la tv, lo show. L'antidiva che legge Stefano Benni, ama Vasco Rossi, i tortellini e la casa che si è comprata da poco per andarci a vivere da sola: «Voglio continuare così, a Rio sarà la mia terza Olimpiade dopo Pechino e Londra dove ho vinto il bronzo nella 10 km. Le rivali sono cresciute ovunque e anche in casa, io voglio rimanere ai vertici. I risultati mi cambiano? Macché, sono sempre la solita, nessun segreto, solo una cui piace molto nuotare. Le medaglie non mi trasformeranno mai, non cerco la scena e la vita privata la tengo per me». La fatica dell'Italia normale, preziosa come un oro.



33



Lunedì 18 Agosto 2014
www.ilmessaggero.it



IL PREMIER RENZI
TELEFONA A TUTTI
I MEDAGLIATI
AGLI EUROPEI
DI BERLINO E ZURIGO
PER FARE
I COMPLIMENTI

Il commento
di FRANCO CANIATO



Questo esempio è da cogliere al volo

LO AMMETTO, non ci credevo in questa vittoria. Avevo visto Martina Grimaldi arrivare decima nella 10 km. e ho pensato che questa non fosse la stagione giusta per festeggiare. Non credevo che ieri potesse arrivare sul gradino più alto del podio. Invece, è successo: vittoria scintillante nella 25 km. europea col piglio dell'atleta di classe, che annienta le avversarie nel momento giusto, quello che fa più male. Ancora una volta questa ragazza di Bologna, così mite e così determinata in tutto ciò in cui si cimenta in acqua, è riuscita a tramutare in oro quella sua incredibile e rabbiosa voglia di vincere. Ieri più che in altre occasioni. Ripensando alla determinazione che Martina Grimaldi ha fatto vedere a un continente intero, mi è venuto naturale paragonarla a Marco Belinelli, fresco campione del titolo Nba con San Antonio.

CHE C'ENTRA il nuoto con il basket? Niente, sono due sport lontanissimi tra loro. Ma la Grimaldi e Belinelli, ragazzi di Bologna, hanno raggiunto il loro obiettivo tirando fuori quella grinta, quel carattere che questa terra sa infondere. Non è un caso che questi due campioni di casa nostra abbiano avuto un percorso molto simile nel raggiungere il successo. E non è un caso considerare Martina e Marco le icone dei giovani d'oggi. Perché sono due ottimi esempi da imitare. Perché sono diventati le nuove «Due Torri» di una Bologna, giovane e viva, che cerca spazio nel mondo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

55



europesi di
di FAUSTO NARDUCCI

DAL GOSSIP ALLE MEDAGLIE «AL BACIO» RIAPRE LA DITTA PELLEGRINI-MAGNINI

La Premiata Ditta Federica & Filippo ha riaperto i battenti. Dopo l'anno dei tira e molla, delle riconciliazioni più o meno veritiere e delle paparazzate sbattute sulle facce anche di chi vorrebbe seguirli solo in piscina, Federica Pellegrini e Filippo Magnini lasciano ufficialmente le copertine dei giornali (di gossip e non solo) ed escono dalla vasca degli Europei di nuoto con una medaglia in mano. È accaduto ieri pomeriggio al Velodrom di Berlino dove le due staffette veloci in sequenza cronologica ci hanno regalato due bronzi, ribattezzati subito «al bacio». Strano destino quello che prende i due fidanzati più famosi delle vasche e, compli-

ce la squalifica della Danimarca femminile, li piazza sullo stesso gradino del podio, purtroppo il più basso. Quel che conta, in fondo, è che i due fidanzatini azzurri sono tornati ieri a fare in tutto e per tutto il loro mestiere. E che mestiere! Nella 4x100 donne che ha portato il record italiano a 3'37"63 Federica in quarta frazione ha stampato il miglior tempo del quartetto (naturalmente lanciata): 53"65. E nell'equivalente gara maschile terza in 3'12"78 solo Luca Leonardi (47"69) ha fatto meglio di Magnini (48"26), anche lui in quarta frazione. Sicuramente un buon viatico per il cammino che attende i fidanzati d'oro a questi Europei, spe-

rando però che la loro fama (e fame) mediatica non si mangi tutto il resto di una manifestazione che si annuncia sicuramente più ricca di quella dell'atletica appena terminata.

Per il momento a fare le spese della popolarità delle bocche di fuoco azzurre è stato l'italoamericano «Mitch» D'Arrigo, argento dei 400 stile libero che la sua notorietà se l'era guadagnata alla vigilia opponendosi al rito delle matricole (leggi taglio dei capelli). Una tradizione sportiva, probabilmente tutta italiana, che vista dalla prospettiva di un'Università della Florida deve essere apparsa quanto mai barbarica.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'OPINIONE

IL NUOTO HA UNA NUOVA STELLA

di Paolo de Laurentiis



Gregorio Paltrinieri

Non c'è una medaglia che vale più di questa nella bacheca di Gregorio Paltrinieri. Non è l'oro a sorpresa di due anni fa, non è il bronzo mondiale dell'anno scorso quando i rivali (Sun Yang su tutti) erano visti ancora con una certa deferenza. Ieri è arrivata una spallata al mezzofondo mondiale che proietta l'azzurro in un'altra dimensione: questo è l'oro della consapevolezza. Paltrinieri voleva scendere sotto il muro dei 14'40", ci ha lavorato per mesi e lo ha fatto quando serviva senza sentire il peso dei favori del pronostico. Ieri è nata una stella: vin-

cere quando nessuno se l'aspetta è bellissimo ma stabilire un percorso a tavolino, rispettarlo nuotando sopra qualsiasi tensione e aspettativa è roba che pochi grandi sanno fare, soprattutto in Italia. E' questo il grande merito, suo e di Morini che lo allena: la serena e allegra ambizione ("Dobbiamo ancora lavorare per prendere il cinese" ha detto subito il suo tecnico) che non è mai presunzione. Restare così genuini e divorati dalla voglia di migliorare - sarà la loro sfida più grande da qui a Rio. Si gestiscano loro, con un mese in Australia, un fine settimana dalla fidanzata e (soprattutto) i duri allenamenti a Ostia: la strada verso Rio è tracciata con la speranza che dietro Paltrinieri ci sia anche altro. In un Paese specialista nel buttare la croce addosso all'unico che vince (soprattutto se ogni tanto perde, la Pellegrini ne sa qualcosa...), l'Italia del nuoto ha bisogno anche di una squadra: i segnali di questo europeo sono confortanti. A Berlino c'è una nazionale che lotta, va in finale, a volte piange a volte ride, spesso va sul podio. E da ieri ha un'altra stella.

@RIPRODUZIONE RISERVATA

21

ilNuoto

NON C'E' SOLO LA MITICA PELLEGRINI LE NUOVE LEVE STANNO CRESCENDO

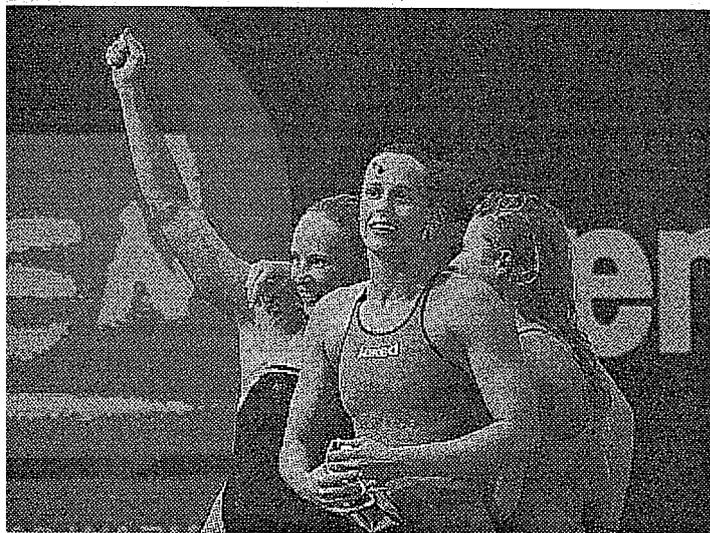
di **STEFANO ARCOBELLI**

La forza di una nazione, nel nuoto, si misura attraverso la 4x200: per anni era un'ossessione dell'ex c.t. Alberto Castagnetti che fu veramente felice solo ai Mondiali di Fukuoka 2001, quando battemmo gli Usa nella staffetta pesante. Dopo l'oro della staffetta rosa trascinata da Federica Pellegrini, si può dire che gli Europei si stanno colorando di azzurro in modo più marcato. Globalmente c'è un risveglio dopo due anni di delusioni, anche se le seconde linee continuano ad alternare miglioramenti a peggioramenti cronometrici rispetto ad esempio alle selezioni di aprile, ma bisogna tener conto del rinnovamento generazionale. Ci sono segnali forti, evidenti, nello stile libero sia maschile che femminile: Dotto e Leonardi nei 100 sl stanno prendendosi l'eredità scomoda di Filippo Magnini; c'è la medaglia di D'Arrigo e quella della staffetta veloce femminile

(ma la Ferraioli è rimandata ai 50); c'è, soprattutto, il duo Paltrinieri e Detti che dopo i 1500 sl, stasera potrebbe incrementare il bottino negli 800.

E c'è la novità Arianna Castiglioni che simboleggia la nuova generazione al potere: accanto a lei nella rana, Giulia De Ascentis con la finale di stasera nei 200 conferma la crescita dopo la medaglia in vasca corta. Per non parlare dei 100 farfalla, specialità nella quale avevamo soltanto Ilaria Bianchi e adesso scopriamo Elena Di Liddo: entrambe in finale, a caccia di gioie in un confronto interno che può solo far bene ad entrambe. Nel dorso non ci sono segnali eclatanti, ma l'esperienza che stanno accumulando Mencarini, Bonacchi e Ciccarese speriamo possa risultare più incisiva prossimamente (ad esempio ha fatto meglio ai Giochi giovanili di Nanchino, Simone Sabbioni). Gli Europei non danno la misura esatta della crescita effettiva rispetto al resto del mondo, ma non siamo messi tanto peggio della Francia o della Germania, semmai dobbiamo guardare alla svolta inglese con una valorizzazione decisa delle nuove leve del '95-97.

E' un'Italia che deve prendere il meglio di questo raccolto continentale e non crogiolarsi sui risultati, ma può contare su nuove punte come Paltrinieri per guardare al biennio mondiale-olimpico con più fiducia. E' il momento di osare, di rafforzare quei pochi progetti intorno ai centri federali per produrre risultati brillanti. Avere una super Pellegrini e un Paltrinieri express ci rende orgogliosi in questi giorni berlinesi, ma ci sono altri muri da abbattere nella mentalità: non accontentarsi di arrivare in finale. E' solo un punto di partenza: perché il mondo va sempre più veloce.



Federica Pellegrini con le compagne della 4x200. L'ESPRESSO

© RIPRODUZIONE RISERVATA

l'ex regina dei 200 sl

Van Almsick, la tifosa speciale «Fede mi emoziona: ferma il tempo»

E' coerente e scomoda come me: ma ci mettiamo cuore. In questo ci somigliamo

BERLINO

■ Dov'è Franziska? Commenta il nuoto alla tv, ma tutti fanno la fila per parlarle. Questi sono i giorni di una ricorrenza speciale per Franzi Van Almsick: 12 anni fa agli Europei disputati in questo impianto realizzava il suo ultimo record del mondo nei 200 stile libero (1'56"78), che poi a Melbourne nel 2007 Federica Pellegrini le strappò nel silenzio di una batteria (1'56"47). Oggi, in questa stessa acqua, Fede nuoterà i 200 sl attirando la curiosità di tutti, a cominciare dalla diva tedesca che negli anni '90 portò il nuoto in un'altra dimensione con gli spot tv, le sue provocazioni, i suoi trionfi e il suo inferno.

Carriera parallela Si sono date il cambio le due superstar: «Io sono stata per la Germania ciò che Federica è stata per l'Italia. Io il suo modello di ispirazione? Ne sono onorata, e sono contenta che lei abbia preso il mio testimone, non abbiamo mai tradito questa gara, la nostra gara: i 200 stile libero, una delle più emozionanti che a me veniva bene perché nasceva profondamente dal cuore. Non è una gara facile da nuotare ad alto livello e il fatto che Fede ci sia riuscita per così tanto tempo dà la caratura della sua grandezza. Di solito anche invecchiando si tende a cambiare specialità, ma lei resta aggrappata a questa gara e ne sono felice. Perché ci mette la stessa passione che ci mettevo io: è vero ad Atene quando l'ho vista esultare ho provato un senso di tristezza, significava la fine della mia carriera. In quel momento è stato terribile accettare che un'epoca si era chiusa». Di quel record realizzato lo stesso giorno della

finale di questa edizione, un sabato (era il 3 agosto), Franziska ricorda «le lacrime, quasi non mi reggevo più sulle gambe tanto uscii esausta da quella gara pazzesca, in cui capii che anche dopo 7 anni duri e difficili, si può tornare a rivedere la luce». Fede ha espresso, alla vigilia, il desiderio di essere premiata da Franzi: «Ne sarei onorata, ho sempre ammirato tutto di lei, è stata sempre coerente e scomoda come lo ero io in Germania, in quegli anni».

Presente e futuro Anche Fede, vincendo domani per la terza volta consecutiva i 200 — impresa mai riuscita prima agli Europei —, potrebbe scrivere un altro po' di storia come Franzi 12 anni fa: «Per me è come se il tempo si fosse fermato, vedere Federica ancora protagonista in acqua è qualcosa che inorgoglisce pure me».

Perché Fede eviti a Rio 2016 ciò che successe a Franzi nel 2004 ad Atene quali errori dovrebbe evitare? «Io mi allenai come mai in carriera, non mi riposavo mai, andai in over training e alla fine la pagai ai Giochi. Lei non ha bisogno di consigli, ma l'unico suggerimento è divertirti, è la tua ultima Olimpiade, non arrivarci stressata con troppe aspettative di vincere l'oro. Tu hai già fatto tanto e tutti in Italia e nel mondo te lo riconoscono. Goditi l'esperienza, non aver paura e pensa che ci sono tante altre cose belle della vita che ancora non ti sei goduta. Sarà stato bello lo stesso: la gente ti amerà lo stesso: un altro oro non è tutto».

S.A.



I COMPLIMENTI

Renzi: Mamma mia che Pellegrini!

«Bravissime tutte le nostre medagliate. Orgoglio Italia. Ma mamma mia cosa ha fatto...».

Il Presidente del Consiglio, Matteo Renzi si congratula con un tweet per la medaglia della staffetta azzurra delle donne con Federica Pellegrini. In giornata il premier ha anche parlato al telefono con Tania Cagnotto per congratularsi anche con lei.

LE SCHEDE

ALICE MIZZAU è nata a Beano (Friuli) il 18 marzo 1993 è specializzata nello stile libero. Dal 13 dicembre 2011 nel gruppo sportivo delle Fiamme Gialle. Prima di ieri vantava 3 medaglie (oro, argento e bronzo) nelle staffette 4x100, 4x200 stile libero e 4x100 mista ai Campionati europei di Debrecen del 2012 (nella prova individuale dei 100 e dei 200 metri sl si era classificata al quarto posto). Vive e si allena a San Marino. Ha stabilito il record italiano nella 4x100 stile libero con la Pellegrini, Letrari e Ferraioli (3'39"74) classificata 12ª in batteria ai

Giochi Olimpici di Londra 2012. Un anno fa ai Campionati del mondo di Barcellona, con Pellegrini, Di Pietro e Ferraioli ottiene il nuovo primato italiano nella 4x100 (3'39"50). **STEFANIA PIROZZI** è nata a Benevento il 16 dicembre 1993. Si è messa in mostra nel 2005 ai campionati italiani di categoria. Agli Europei giovanili di Praga 2009 ha vinto un argento nei 400m sl e due bronzi nei 200 misti e nei 400 misti. Nel 2011 ha debuttato con la Nazionale maggiore sui 400m misti ai Mondiali di Shanghai. Sulla stessa distanza a Londra 2012 è stata eliminata nelle batterie di qualificazione. Argento agli europei in vasca corta di Chartres 2012. Oro nella staffetta 4x200 sl agli Europei di Berlino.

CHIARA MASINI LUCCHETTI è nata a Caenzano (Fi) il 23/3/93 e gareggia per il gruppo Sportivo Forestale. Prima con la staffetta 4x200 stile libero ai Giochi del Mediterraneo.

FEDERICA PELLEGRINI è nata a Mirano nel 1988

Federica da impazzire, staffetta d'oro

Come già agli Europei di due anni fa, la Pellegrini trascina la 4x200 sl: rimonta oltre 4" nell'ultima frazione. Oggi torna in vasca per la semifinale della gara individuale. Speranze di podio per Paltrinieri e Detti negli 800 sl

DAL NOSTRO INVIATO
ALESSANDRA RETICO

BERLINO

GLI artigli di Fede, quella zampata magica che nessun'ha. Pure Matteo Renzi salta sulla sedia e spedisce il suo tweet: «Bravissime tutte le nostre medagliate. Orgoglio Italia. Ma mamma mia cosa ha fatto @mafaldina88 #chapeau». L'ultima frazione della staffetta 4X200 stile libero è nelle mani della Pellegrini, ha tre secondi da recuperare alla Svezia, molta acqua in mezzo tra lei e Stina Gardell, due anni di meno e molto più bionda, ma questa non è una sfilata questo è lo show della Diva. Venticinque balordi, stretti, striminziti metri alla fine, ma Fede allunga con bracciate che sembrano venire da un altro universo e prosciuga la piscina, mette le unghie tricolori davanti alla sventurata nell'ultimo metro. Oro. Davanti alla Svezia della Sjoestroem e all'Ungheria della Hosszu. «Per me è sempre così negli ultimi 20-30 metri. Speravo che fosse più lunga la gara, dai 25 avevo cominciato a riprenderla e mi dicevo fa che bastino fa che bastino».

Sono bastati a farci scoppiare il cuore. «Io invece non sono riuscita a godermela fino in fondo, al cambio con Chiara c'era qualcosa che non andava, temevo di essere partita prima, nuotavo e dicevo oddio ho sbagliato ho sbagliato, forse da fuori vi siete emozionati ma da dentro vi giuro che c'era suspense. Invece poi hanno confermato il risultato: record dei campionati». L'abbraccio a quattro a bordo vasca: lei, Alice Mizzau, Stefania Pirozzi, Chiara Masini Luccetti. Non è lo stesso quartetto di due anni fa quando a Debrecen la staffetta fu sempre oro e fu sempre Fede. «Mi prendo sempre la responsabilità di questa staffetta,

Anche Renzi si congratula: "mamma mia cosa ha fatto @mafaldina88"

con i miei risultati nei 200 parto per ultima e dò sicurezza alle altre, ma anche loro sono state fenomenali, ci abbiamo creduto fino alla fine. Negli ultimi metri è stata una lotta, ci abbiamo messo di tutto e di più, cuore e coraggio, ce l'abbiamo fatta». Peraltro, dall'oro degli europei 2012 a questo ci sono quasi due secondi e mezzo di progresso (7'52"90 contro 7'50"53). Federica recupera cinque secondi alla Gardell, di cui tre negli ultimi cinquanta metri. Le altre: Alice Mizzau c'era due anni fa in prima frazione, ma con tre decimi in meno nelle braccia («Felice per il titolo e per la crescita di questa staffetta»). C'è Stefania Pirozzi che nuota il secondo miglior tempo delle azzurre in 1'57"63 («Lo volevo anche io questo oro, Fede super») e c'è Chiara Masini Luccetti, che si migliora anche lei («Siamo una squadra»). Federica le abbraccia e le tiene in cerchio, sembra rugby. Sul podio salgono tenendosi per mano, poi cantano Mameli a squarciagola. Mamma Pellegrini, la signora Cinzia, inquadrata mentre sventola il tricolore sugli

spalti. Fede: «I 200 sono sempre una gara con tante soddisfazioni, ma oggi non si parla di me ma di un quartetto fenomenale che in vista di Rio 2016 può fare tanto e bene a partire da oggi, possiamo crescere e ambire a tanto. Sono soddisfatta di aver cantato l'inno con le altre». Seconda medaglia, ma solo oggi inizia il vero europeo di Fede: «Si stranamente, in altri campionati avrei già finito. Sono contenta finora, questa staffetta era un obiettivo importante per la squadra e per il progetto in vista Olimpiadi: se

miglioriamo piano piano, faremo grandi cose». E tu? Sarah Sjoestroem, che la stampa svedese sostiene non sarà oggi in corsia, ha fatto un tempone: 1'53"64 contro il tuo 1'56"50. «Qualcosa di pazzesco, è fortissima, sicuramente io lo vedrò domani nel 200 singolo e sapremo quanto valgo. Sei iloso? Spero. Ora a rapporto, ci vediamo domani presto». Oggi batterie e semifinali dei suoi privatissimi 200 stile e finale venerdì, domenica 400 stile. C'è da ri-sognare. Anche con la meglio gioventù

del mezzofondo, con l'oro dei 1500 Gregorio Paltrinieri e col bronzo Gabriele Detti, oggi in finale degli 800 col quinto e terzo tempo. Greg: «Nessun tempo per festeggiare, mi sono risparmiato per oggi, io e Gabriele possiamo ripeterci e salire sul podio insieme». La velocità dei 100 stile si affida a Luca Dotto (4° tempo) e soprattutto a Luca Leonardi (2°), mentre perdono l'occasione Marco Orsi e Filippo Magnini. Lo spettacolo inizia, dagli artigli di Fede.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Quel che il nuoto può insegnare al calcio

PROGRAMMANDO SI IMPARA A (RI)VINCERE

Una vasca di medaglie: sette per ora quelle che l'Italia del nuoto ha conquistato agli Europei di Berlino, e deve ancora scendere in acqua l'«ultima diva» Federica Pellegrini (ieri monumentale nell'oro della staffetta). Un'Italia trionfale e pensare che da Londra 2012, cioè solo due anni fa, la Nazionale era tornata con zero medaglie (non accadeva da Los Angeles 1984), delusioni, muscoli lunghi e lamentele, a partire da quei 22 tecnici federali al seguito di 33 atleti. Un po' troppo. Luca Dotto fu severissimo: «Siamo come lo Zimbabwe». Oggi è un'altra Italia, a dimostrazione che impegno, fatica, sudore e qualche comparsata in meno in tv hanno il loro effetto. Lo sport esige lunghi silenzi e dedizione: quella che la Germania ha messo nel calcio per arrivare al trionfo di Rio, quella che la Francia dell'atletica, dopo il flop di Londra 2012 (due sole medaglie), si è autoimposta con tecnici federali in ogni angolo a caccia di talenti da allevare e da portare a medaglia (23 agli ultimi Europei). Da qualche parte bisogna pur cominciare, in ogni sport, dopo ogni grande scivolone.

45



PALTRINIERI, LA SVOLTA DI BERLINO ORA IN PROIEZIONE RIO E' UNA CERTEZZA

di PIER BERGONZI

ella parabola di un campione c'è sempre un luogo o un momento x. Uno stadio, una pista, una salita, una piscina: la carriera svolta e prende la via del fatidico salto di qualità.

Per Gregorio Paltrinieri è l'agosto degli Europei di Berlino. Vinti anche gli 800, dopo lo spettacolo dei 1500, il diciannovenne emiliano si conferma uno dei grandi dello sport italiano. Federica Pellegrini a parte, Paltrinieri è il numero uno del nostro nuoto. Due ori nella stessa edizione degli Europei li avevano centrati soltanto Franceschi, Lamberini, Brembilà e la Filippi. Ma sono i tempi, soprattutto

to, a darci il senso della sua nuova statura. Il suo record europeo dei 1500 sotto i 15'40" e gli 800 in 7'44" (dopo essere stato a lungo in corsa per strappare il primato continentale a Detti) lo proiettano nella gerarchia assoluta delle lunghe distanze.

E Gregorio ha soltanto 19 anni! Il grande pubblico lo ha scoperto all'Europeo del 2012, quando vinse l'oro dei 1500 a 17 anni e lo dedicò alle vittime del terremoto della sua Emilia. Abbiamo provato a spingerlo, idealmente, ai Giochi di Londra e ci sembrò evidente che il quinto posto olimpico dei 1500 fosse made-

guato al suo talento. E ai Mondiali del 2013 arrivò una conferma di bronzo.

Negli 800 di ieri, Paltrinieri si è portato in vasca la fatica di quegli storici 1500 (sono forse l'impresa più bella di questi Europei). Ma è chiaro che Berlino è soltanto il primo passo sul pianeta della maturità. Se i Giochi di Rio fossero domani potremmo contare su di lui per le medaglie.

E gli extraterrestri cinesi, adesso, non sono poi così lontani.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

@pierbergonzi



3

Traffico azzurro sul podio È l'Italia dei bravi ragazzi

Da Paltrinieri alla Bianchi, 5 medaglie in un giorno: risultati, non proclami

Personaggi

GIULIA ZONCA
INVIATA A BERLINO

Traffico azzurro sul podio, cinque medaglie in piscina: specialità diverse ma facce molto simili e abbracci che stringono sogni condivisi.

Paltrinieri e Detti, compagni di allenamento a Ostia, replicano la gara dei 1500 e vincono oro più bronzo anche negli 800. Leonardi e Bianchi, che nuotano insieme a Bologna, firmano il primo successo in carriera dentro la vasca lunga, quella che conta. Bronzo nei 100 stile libero e nei 100 farfalla. Nel giorno del trionfo di gruppo arriva pure l'oro, non proprio purissimo, della staffetta mista: solo quattro nazioni allo start però due azzurri, Leonardi e Dotto, che si rituffano pochi minuti dopo la competizione individuale. E dalle nostre parti non succede spesso.

L'Italia, cresce, respira, sorride e trova un gruppo di nuotatori che fuori dall'acqua preferisce il basso profilo: muscolati alternativi che non gonfiano i pettorali. È Federica Pellegrini a promuovere il poster della nuova onda: «Il doppio successo di Paltrinieri gli cambia dimensione. Bene, c'è bisogno di campioni e soprattutto di bravi ragazzi in nazionale». E non è detto che si riferisca solo al nuoto.

Paltrinieri pesa l'etichetta più della medaglia e dopo qualche secondo, sposta il cappello lungo, ultimo vezzo di stagione, e scopre di apprezzare

la descrizione: «Io mi ci sento bravo ragazzo, i bad boy non mi interessano. Sono uno tranquillo. Ora per festeggiare torno a casa a mangiare stria, la nostra focaccia, e poi a Lisbona con gli amici di Carpi, quelli di infanzia. La mia ragazza studia per l'esame di anatomia e la lascio tranquilla». Il socio Detti, impegnato oggi nella 4x200, è quasi più felice dei compli-

menti dell'Inter che dei bronzi. I gemelli della corsia «sono troppo buoni», parole di Stefano Morini: il loro tecnico racconta che i ragazzi «non alzano mai la voce, non rispondono mai male e non dicono mai no. Il problema è la rivalità. Li ho dovuti dividere in acqua». Colpa della competizione: «Facciamo a chi arriva prima al ristorante, a chi finisce prima il gio-

co on line. Sfida totale. Il Moro ha dovuto differenziare i lavori altrimenti iniziavamo a tirare dal riscaldamento per vedere chi reggeva di più».

Magari succede spesso di vedere gente così semplice schierata sulle lunghe distanze, ma l'Italia sfoggia pure uno sprinter timido, mai successo. Leonardi si definisce così: «Magari ho meno talento rispetto agli altri ma esco alla distanza. Io sono testardo, lavoro fino a che non arrivo al punto. Ho meno muscoli rispetto

alla concorrenza straniera ma punto su altre doti e posso andare a prenderli». Lui si è piazzato terzo dietro ai due francesi di Marsiglia Manaudou e Gilot, spavaldi guasconi che amano farsi notare e che non sono stati poi troppo sportivi in questo Europeo. Gli italiani hanno tirato fin dalle batterie, loro si erano messi d'accordo. Il

clan di Marsiglia segue spesso regole a parte. Quattro iscritti e due qualificati con un'intesa da spogliatoio. Non che questo abbia definito l'ordine di arrivo in finale ma la differenza di comportamento sì.

L'ultima a toccare il podio è Ilaria Bianchi, una che preferisce il garage alle feste e che si esalta tra i carburatori. Fa i complimenti a Leonardi così:

«Se lo merita, è un modesto». Lei si è fatta tatuare sulla spalla la scritta: «Make changes no excuses», «è un motto

di vita non di nuoto, detesto le persone che cercano scappatoie invece di ammettere gli errori. Io dopo la finale di Londra mi sono involontariamente seduta, poi mi sono fatta il processo e ho capito che stava a me risintonizzare il cervello». Bronzo con il personale. Senza scuse. Senza proclami. Tanta stria e testa bassa.

GREG, ORO ANCHE NEGLI 800

Il re del fondo: «Sono un tranquillo, i bad boy non mi interessano»

Il doppio oro cambia la dimensione di Paltrinieri: bene, c'è bisogno di bravi ragazzi in Nazionale

Federica Pellegrini

Fuoriclasse del nuoto azzurro

Festa agli Europei

A Berlino una bella giornata per l'Italia: 5 medaglie in piscina mentre nei tuffi la Batki vince l'argento. E oggi c'è la Pellegrini

Nuoto, quanta allegria Paltrinieri è il simbolo della nuova onda azzurra

Bis d'oro sugli 800 sl (terzo Detti), vince anche la 4x100 sl mista bronzi pesanti per Leonardi (100 sl) e Bianchi (100 farfalla)

DAL NOSTRO INVIATO
ALESSANDRA RETICO

BERLINO

L'ALFIERE della nuova Italia è un lungagnone con i capelli giallo cloro che è andato via di casa a 16 anni e dalle strabilianti lasagne di mamma Lorena, da Carpi giù a Ostia, 428 chilometri di solitudine: «E' stata dura, ma io voglio viaggiare, conoscere, cavarmela da solo, imparare. Nuoto per questo, non per essere una star». Invece l'acqua brilla attorno a Gregorio Paltrinieri. Secondo oro per lui agli Europei di Berlino, sul podio degli 800 la fotocopia dei 1500: lui, l'argento delle Far Oer Pal Joensen e terzo l'amico e rivale Gabriele Detti, coetaneo, sparring partner, compagno di fatiche sul litorale romano sotto gli occhi innamorati del tecnico Stefano Morini, zio di Gabri, da cui l'appellativo 'mi nipote. Con quel ciuffo pieno di idee, il naso all'insù, la barba non fatta, le risate piene e la voglia di conquistare il mondo, Greg è il caposcuola di una generazione. Dopo Fede, il più pop. «Io leader? Boh, forse per i due ori. Cerco di non farci caso». Sarà casuale, ma è una giornata in cui piovono medaglie: oltre l'oro e il bronzo dei mezzofondisti, l'oro della staffetta 4x100 stile libero mista con record europeo (3'25"02: è la prima volta che viene disputata) e con Luca Dotto, Luca Leonardi, Erika Ferraioli, Giada Galizi davanti alla Russia e alla Francia. Leonardi, il milanese di 23 anni emigrato a Bolo-

gna, era appena uscito dall'acqua con un bronzo al collo nella gara degli sprinter battendo (in 48"38) il rivale Luca Dotto nella 100 stile libero vinta dal francese Manaudou (argento Gilot). Bronzo e finalmente, dopo il quinto posto a Londra 2012, per la 24enne Ilaria Bianchi nei 100 farfalla (in 57"71) vinti dalla danese Jeanette Ottesen (56"51), e argento per la svedese Sarah Sjoestroem (56"52). Nella piscina accanto, poche ore prima, l'italo-ungherese Noemi Batki, 26 anni, vince l'argento nella piattaforma dopo un digiuno di due anni dalle profonde altezze. Sarà casuale, ma c'è molta Emilia in questa fabbrica di felicità. Paltrinieri è della provincia modenese,

Ilaria Bianchi di Castel San Pietro in provincia di Bologna e a Bologna Leonardi ci è andato per scelta e spiega perché: «Cambiar vita e ambiente fa bene, ho nuovi compagni di squadra, un nuovo allenatore come Fabrizio Bastelli. Tutto questo rigenera. Siamo un bel gruppetto, anche se sono l'unico stileliberista vero mi alleno con atleti di livello e questo è uno stimolo: Pizzamiglio, Bianchi, Barbieri, Di Tora. Pro-

prio Mirko mi ha mandato un sms prima della finale: goditela, buttati da protagonista, non avere rimpianti. Così ho fatto». E così ha fatto la farfalla Ilaria, che sulla spalla ha tatuato in inglese "fai cambiamenti e non cercare scuse". «Non sopporto quelli che si lamentano. Io dopo Londra 2012 e il mio quinto posto non sentivo più battere il cuore allo stesso modo. Non avevo più motivazioni, poi ho cambiato testa. Leonardi? Un gran lavoratore, ci

troviamo bene, siamo un gruppo che ha motivazioni molto forti».

L'alfiere d'Emilia Gregorio, guarda che orizzonti: «Andrò in Australia a ottobre, mi sono informato io, ho chiesto io alla federazione di mandarmi. Voglio scoprire altre realtà. La vera cosa che mi blocca è la routine. Sono andato via di casa a 16 anni perché mi stavo scocciando, volevo cavarmela da solo, adesso non dico che Ostia stia diventando stretta, ma voglio provare, cambiare, testarmi, andare via è la cosa migliore. Rimango col mio tecnico fino a Rio, poi si vedrà». Morini ascolta e cede il passo: «Non sono geloso, i ragazzi devono fare tutte le esperienze che desiderano. Poi se vogliono tornano, io sto qui». Intanto guarda i suoi ragazzi sul podio, un'altra volta. Greg: «Il Moro ci ha separati per gli allenamenti. C'è molta competizione tra noi in tutto, anche a chi arriva prima dal ristorante a casa. Testardi al massimo, non vogliamo perdere mai. In allenamento tiravamo come pazzi, ha fatto bene a dividerci, sennò ci ammazzavamo. Ci vogliamo bene». Lotta e amore, i ragazzi fanno scuola.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Tuffi

Noemi Batki, il «ritorno» è d'argento

DAL NOSTRO INVIATO

BERLINO — «Questa medaglia è mia». Certo, tuffarsi a testa in giù dai 10 m della piattaforma non è da tutti. Il caporal maggiore dell'Esercito (che ringrazia) Noemi Batki è abituata a ritornare. È un movimento dei tuffi, ma anche della vita. Noemi conquista un argento di speranza (mondiale/olimpica), battuta dalla britannica Sarah Barrow «che non ha mai saltato così». Noemi, studentessa di comunicazione e pubblicità che vuole rimettersi in pari con i corsi («amo fare le cose al 100% e due insieme non riesco») è nata a Budapest il 12 ottobre 1987. Sua mamma Ibolya Nagi, ex tuffatrice, 22esima dalla piattaforma

per l'Ungheria a Barcellona '92, ha conosciuto il secondo marito, Dario, nel 1989 e l'ha seguito a Belluno un anno dopo con Noemi che aveva tre anni. Ora vivono a Trieste. Sono molto legate. «È stata bravissima, l'oro non era alla sua portata. Dopo le difficoltà ha ripreso la strada giusta. Nei tuffi l'aspetto più importante è quello mentale e ora Noemi è serena» parola di mamma. Non lo era dopo una caduta di schiena nel 2008, a Roma. Non perse conoscenza, ma si bloccò tanto da dover essere recuperata e da finire in terapia da una psicologa. Poi nel 2013 ha fatto i conti con una carriera in crisi. «Non voglio apparire egoista nel dedicarmi la medaglia ma ho lavorato tanto per tornare. È stata una lenta risalita. Ho fatto tanti sacrifici. Il mio più grande difetto è la mancanza di continuità, ma un cavallo pazzo in squadra ci vuole sempre». Augh.

r.per.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

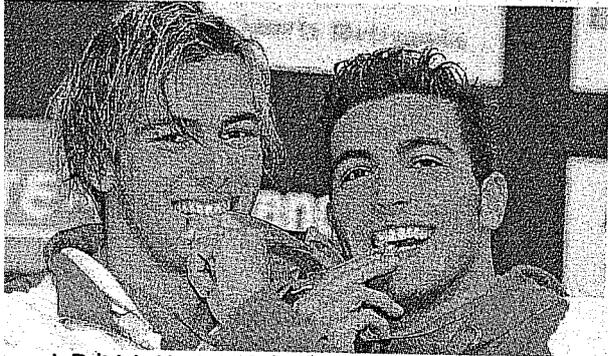
TUTTOSPORT

Sabato 23 Agosto 2014
ANNO 69 · N. 230



€1,30 IN ITALIA RM
www.tuttosport.com

EUROPEI: TRIONFA ANCHE LA 4X100 SL MISTA



Gregorio Paltrinieri (a sin.) e Gabriele Detti: oro e bronzo degli 800 sl

Paltrinieri show L'Italia ritrova in ragazzo d'oro

PAG. 26/27

Rientrati dalle vacanze, la prossima volta che uscirete a fare jogging per tenervi un po' in forma pensate a Gregorio Paltrinieri. Non soffermatevi sul suo fisico, scolpito dagli allenamenti, perché il confronto è mortificante per tutti noi, anche per quelli che pensano di tenersi in forma andando in palestra. No, non è su un deltoide o su un tricipite che vale la pena fare un paio di riflessioni. Pensate che quando la corsetta di dieci chilometri vi lascerà doloranti e con il fiato sarete più o meno a metà della distanza che Gregorio, quotidianamente, percorre in acqua. E' con razioni di 18-20 chilometri al giorno che il poliziotto di Carpi (che alla storia olimpica ha già regalato l'arrivo barcollante di Dorando Pietri) è arrivato a Berlino e si è preso due medaglie d'oro e un record europeo con riflessi olimpici. Nel nuoto azzur-

L'OPINIONE

GREG L'ANTI MAGNINI

ANDREA
SCHIAVON



ro monopolizzato dalla coppia Pellegrini-Magnini, dove record e medaglie si mischiano a tacchi e tatuaggi, c'è posto anche per uno come Paltrinieri che pure qualcosa in comune con Federica ce l'ha.

A unire Greg e Fede non sono, una volta tanto, gossip maliziosi, bensì un uomo. Si chiama Stefano Morini ed è l'allenatore che lavorando nel centro federale di Ostia sovrintende alla crescita del fenomeno azzurro e di Gabriele Detti, nipotino di bronzo cui Paltrinieri ieri non è riuscito a strappare il

primato europeo degli 800 sl

Cinque anni fa, alla morte di Alberto Castagnetti, toccò a Morini gestire l'area più pesante del nuoto italiano: gli venne affidata una ragazza di 20 anni orfana, quello che era per lei molto più di un semplice allenatore. Finì male, malissimo, come Fede che, dodici mesi dopo, accusò Morini di «non reggere le pressioni». Da lì per la Pellegrini cominciò una girandola di allenatori che serbano essersi definitivamente arrestata con la creazione di quel Pool Metal Jacket che ora cura e veglia la Divina.

Nel frattempo Morini, con il suo gruppo, di soddisfazioni se ne è già prese parecchie, archiviata Berlino, pensata a Rio. In quella che, secondo i programmi, sarà l'ultima Olimpiade di Federica, ci sarà spazio per Gregorio. Con pochi fronzoli e tanti chilometri.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

la Vignetta

DI LORENZO CASTELLANI

GREGORO

PALTRINIERI



La Gazzetta Sporti

Tuttoilrosa  della vita

PELLEGRINI - CAGNOTTO - DALLAPE

SEMPRE L'ORO

Le nostre tre stelle:
Federica Pellegrini, 26 anni,
Tania Cagnotto, 29
e Francesca Dallape, 28

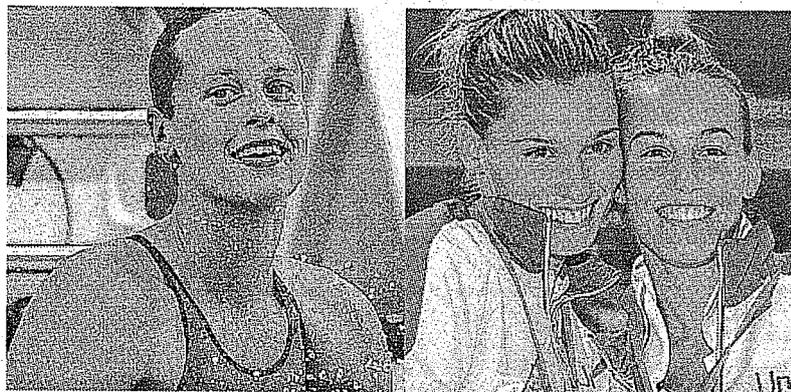
**Giornata trionfale
agli Europei:
Federica vince i 200
stile libero per la
terza volta di fila.
Tania e Francesca
dominano per
la sesta consecutiva
il trampolino sincro:
fantastiche. Nessuno
come loro. Nei 1500
bronzo della Caramignoli**

LA GAZZETTA DELLO SPORT

il **Commento**

Federica, Tania e Francesca La grande bellezza

Pellegrini, Cagnotto e Dallapè da anni protagoniste nelle piscine di tutto il Mondo



Federica Pellegrini, l'abbraccio tra Tania Cagnotto e Francesca Dallapè LAPRESSE

di **FAUSTO NARDUCCI**

Vincono sempre loro. Federica Pellegrini (che si ripete per la terza volta consecutiva nei 200 stile libero) e la coppia Cagnotto-Dallapè (che non si schioda da quel primo gradino da ben sei edizioni) appartengono a un'Italia che, a ben guardare, esiste e persiste solo in piscina. Un'Italia, già in testa alla classifica a punti, che con 8 ori (e 21 medaglie totali) oggi, nell'ultima giornata degli Europei di Berlino, si giocherà addirittura alla pari con Gran Bretagna e Russia il primo posto del medagliere. Nell'attesa diteci voi, intanto, quale altra nazione può vantare tre ragazze del calibro di Federica, Tania e Francesca: tre regine delle specialità acquatiche, separate da 4 anni, che fanno la loro bella figura dovunque le metti. Su una passerella, davanti ai microfoni delle interviste, sui palcoscenici televisivi ma anche nella vita di tutti i giorni, dalle discoteche alle serate di gala, sempre regine sono.

Pensando anche alla doppietta di Gregorio Paltrinieri, è proprio questo il senso di Grande Bellezza che ci rimane mentre la penultima giornata di Berlino, grazie anche al bronzo di ieri di Martina Caramignoli nei 1500 stile libero, porta il bottino azzurro in corsia a 4 ori, un argento e 7 bronzi. Tutti insieme sono i volti più belli e genuini di quell'Italia vincente che sopravvive in patria sotto la cenere della disoccupazione e dello scontento giovanile. E sono l'ultimo baluardo di una generazione di fenomeni che, inutile negarlo, ha il suo simbolo principale proprio in Federica Pellegrini. La sua terza medaglia di ieri, dopo il bronzo della 4x100 stile libero e quella rimonta vincente nella 4x200 stile libero di cui continueranno a parlare anche i nostri posteri quando faranno il bilancio delle grandi imprese del nuoto italiano, non trova la migliore celebrazione né nel crono (1'56"01, 32 centesimi più lento dei recenti primaverili) né nel valore degli avversari (seconda è comunque la quotata ungherese Hosszu),

ma nella capacità di ripetersi (primo tris nella storia europea dei 200 sl) nella sua specialità preferita che fanno della Pellegrini con le 11 medaglie europee una campionessa unica nel panorama continentale. Tanto più che nella sua specialità preferita gli ori consecutivi sarebbero potuti essere quattro senza la squalifica di Eindhoven 2008 e che dal 2004 in poi non ha fatto peggio del quinto posto di Londra 2012. Ieri Federica ha quasi esorcizzato l'appuntamento col quarto podio che la aspetta oggi negli «odiati» 400 («sapeste come sono contenta di farli») ma è sempre più chiaro che fino a Rio...nuoterà con noi.

Nonostante il 14° oro e la 21ª medaglia europea, Tania Cagnotto, figlia d'arte nata all'incrocio fra Torino e Bolzano, non può mettere in mostra la stessa completezza di Federica, almeno fino a quando non colmerà il vuoto olimpico. Ma, anche in una stagione che lei stessa aveva definito difficile, è già al secondo oro berlinese e ieri ha ottenuto una prestazione tecnica (i 328 punti sono inferiori a questi livelli solo ai Mondiali di Roma 2009 dove però arrivò l'argento) perfino migliore di quella di Federica. Merito dei sincronismi e della sintonia con la Dallapè che forse non le assomiglia nel carattere ma ha caratteristiche tecniche che si sposano perfettamente con le sue. Ed è grazie a questa simbiosi che la trentina ha colmato in extremis l'assemblaggio che ha ricostruito la nostra coppia d'oro.

Anche la Cagnotto è chiamata oggi alla gara più difficile della rassegna (il trampolino da tre metri) per arricchire il bottino in un parallelismo con la Federica natatoria che non può che inorgoglire il presidente federale Paolo Barelli che, in stile Renzi, ha già stilato un rendiconto pratico di quello che gli frutterà questo bagno nelle medaglie: «Almeno 500.000 praticanti in più in piscina per la prossima stagione». Alla faccia di questa estate ballerina, è proprio in piscina che la nostra povera Italia si tiene meglio a galla.

IL PRESIDENTE

I complimenti di Renzi: «Siete il nostro orgoglio»

Linea sempre calda tra Roma e Berlino. Dopo il «mamma mia cosa ha fatto Fede», il premier Matteo Renzi ha telefonato a Tania Cagnotto. C'è stato anche uno scambio di messaggi Renzi e Gregorio Paltrinieri, che ha risposto: «Sono felice di essere tra i giovani che aiutano il Paese a essere migliore». Paltrinieri, oro nei 1500 e 800 sl, è il sesto azzurro con doppietta individuale dopo Franceschi (1983, 200-400 mx), Lamberti (1989, 100-200 sl), Brembilla (1997, 400-1500 sl), Rosolino (2000, 200 sl/mx) e Alessia Filippi (2008, 800 sl-400 mx). Renzi ha chiesto al presidente federale Paolo Barelli di estendere i complimenti alla squadra: «Siete l'orgoglio del Paese, un'immagine bella di giovani volenterosi. State facendo cose eccezionali».

» L'eccezione Gli allenamenti, la concentrazione, i risultati non bastano a spiegare il fenomeno Pellegrini

La forza della Divina, non conoscere i suoi limiti

di EMANUELE TREVI

Ebbene sì, è divina, e nulla al mondo ci ha mai indotto a rimangiarsi la parola, nemmeno e soprattutto nei periodi storti. Come per tutti i campioni, anche a proposito di Federica Pellegrini è legittimo discorrere di fatti oggettivi: allenamenti, concentrazione, risultati. Ma tutte queste cose, di per sé importantissime e capaci di riempire intere vite, non sono sufficienti a rendere conto della divinità. Il fatto è che Federica Pellegrini è uno di quei rarissimi esseri umani che possiede un vero e ampio margine di imperscrutabilità. Non saprei dire se si tratta di psicologia o di destino: ma quello che è certo è che all'interno di questo margine si annullano facilmente tutte le rassicurazioni che ricaviamo da un rapporto affidabile e costante tra le cause e gli effetti, le premesse e le conclusioni. E per questo motivo che Federica, probabilmente, da

ra molto filo da torcere ai suoi futuri biografi. Non è un caso se i romanzieri diffidano delle divinità, difficilmente gestibili sul piano della narrazione. Segnato da tutti, dai strappi, da svolte, il film della vita di Federica è un racconto in cui l'intensità fa le veci della durata, senza che gli eventi abbiano il tempo di maturare in una saggia progressione.

Proprio qualche giorno fa, ho assistito in tv all'incredibile rimonta di Federica sull'avversaria svedese nell'ultimo segmento della staffetta 4x200. E mi è venuto da pensare che certe volte accettiamo

per buoni certi consigli della saggezza solo perché non abbiamo mai messo alla prova la loro effettiva saggezza. Ci ripetono fin da piccoli, per esempio, che l'uomo forte è colui che conosce i suoi limiti. Ma in questo senso della misura, in apparenza così necessario a non soccombere, c'è anche una contraddizione paralizzante. Chi è infatti che li definisce, questi limiti? L'allenatore, lo psicologo, le conclusioni ereditate? E se ognuno definisce da sé i propri stessi limiti, le cose vanno davvero meglio? Guardando il replay di quella indimenticabile rimonta, mi è venuto in mente che forse la vera saggezza risiede nel contrario, cioè nell'agire sempre e comunque nella più totale ignoranza dei propri limiti, perché ogni momento della vita, se ci permette di andare fino in fondo, è una nuova nascita e rappresenta la più secca e indiscutibile smentita di tutto il castello di regole che avevamo costruito intorno a noi.

Ma forse non conoscere i propri limiti è solo un aspetto parziale della divinità che sto cercando di definire. Forse questa divinità, nella sua essenza, consiste semplicemente nel non conoscersi, e dunque nel non poter essere né ostacolata né avvantaggiata da tutto quello che si crede di sapere di se stessi. Ed ecco un altro frammento della saggezza classica che sembra andare in frantumi di fronte ai trionfi e alle sconfitte di Federica Pellegrini: quel «conosci te stesso» che forse è meno importante di quello che si pensa di solito. Perlomeno, ho il sospetto che Federica, nei momenti decisivi, non ci pensi minimamente. Come se non fosse lì nell'acqua a macinare decimi di secondo, ma seduta sul divano a seguire la sua gara in tv, ma più di tutto il dubbio su come andrà a finire. E quel tanto di sorpresa che di solito ci aspettiamo dagli altri lei, da vera divinità, la esige da se stessa.

La sorpresa

Ama il dubbio su come andrà a finire. E quel tanto di sorpresa che di solito ci aspettiamo dagli altri, lei lo esige da se stessa

LE PROTAGONISTE/BRASILE ULTIMA TAPPA PER LE DUE CAMPIONESSE

Il sogno lungo fino a Rio delle regine Tania e Fede

BERLINO. Due donne e una strada verso Rio. Le campionesse d'Italia nel loro finale di carriera. Federica Pellegrini avrà 28 anni alle Olimpiadi in Brasile, Tania Cagnotto 31. Hanno vinto tanto, quasi tutto: Federica l'argento ad Atene 2004 e l'oro a Pechino 2008 nella sua gara preferita, i 200 stile libero. A Tania, 7 medaglie mondiali e 21 europee, l'unica cosa che manca è proprio la consacrazione olimpica: «Se non dovesse arrivare, mi accontenterò di quello fatto finora. L'oro con Francesca di oggi, il nostro sesto europeo di fila, è grandioso. A Londra 2012 podio sfiorato per una manciata di punti. Avevo pensato di smettere, troppa delusione, ma se lo avessi fatto mi sarebbe rimasto il rimpianto». Ha cambiato stile da allora: più spensieratezza, meno allenamenti. Ai mondiali di Barcel-

La tuffatrice: "Il podio olimpico mi manca, non potevo smettere prima"
La nuotatrice: "Ai Giochi solo i 200, la gara del cuore. I 400 di oggi? Chissà"

lona due argenti. Qui finora due ori. Oggi la gara dal trampolino 3 metri: «Ci vorrà molta potenza, la mancanza di allenamento potrebbe farsi sentire. Da qui a Rio? Non credo che cambierà il percorso iniziato dopo Londra. Devo dosare le forze, non sono una ragazzina, come dice mio padre bisogna cercare di non fondere il motore. Seguo una preparazione con fisioterapia e massaggi. Prima mi

tuffavo e basta. Spero che basterà ad arrivare in Brasile pronta. Altrimenti dovrò accontentarmi».

La Pellegrini ha già scelto: «A Rio porterò solo i 200 stile libero. Questo terzo oro consecutivo mi conferma che sono ancora la più brava in Europa nella gara che ho sempre avuto nel cuore. Da qui ai prossimi due anni mi concentrerò su questa distanza, ci sono ancora cose da affinare. Ma mi sono confermata in vasca corta e lunga sui 200». Ieri la 17enne americana Katie Ledecki ha ulteriormente abbassato il record del mondo sui 400 sl (3'5"37) due settimane dopo averlo scippato a Federica, che lo aveva guadagnato a Roma 2009. «Sui 400 la Ledecki è inarrivabile: largo ai giovani, che si scannino loro, io ho già dato. I 400 li ho sempre fatti perché Alberto Castagnetti pensava che potessi farli bene. Non aveva torto. Il problema è che io ho sempre preferito i 200, i 400 li facevo perché mi divertivo. Adesso è sempre più difficile. Per l'età? No perché mi sta venendo fuori la voglia di fare cose diverse in allenamento, più veloci, più brillanti, le cose da dove io sono cresciuta». Ci sono dubbi sulla sua presenza oggi ai blocchi: «Sarà una cosa in più. Quello che volevo l'ho già avuto». (a. re.)

Cagnotto & Dallapè Ancora oro per la coppia azzurra del sincro Renzi: «Siete l'orgoglio d'Italia»

TUFFI

BERLINO. Tania "la permalosa" (è il difetto che meno piace alla compagna di tuffi Dallapè) e Francesca "la piagnona" («si disperava facilmente per cose piccole» è il rimbrotto della compagna di tuffi Cagnotto), hanno vinto ancora una volta, ed è la sesta consecutiva, a un campionato d'Europa: da quando si sono messe insieme vanno meglio d'ogni coppia, di diritto o di fatto che sia. Il sincro da 3 metri è la loro specialità, quella nella quale un domani (Kazan 2015? Rio 2016?) potrebbero perfino dare una scrollatina alle cinesi. «In aria - dice papà Giorgio Cagnotto - già ci siamo; bisogna lavorare sulle entrate in acqua, averle più potenti, fare meno schizzi».

Le due ragazze sorridono: erano state prime nelle eliminatorie del mattino, hanno condotto per tutta la finale, pur se qualche tremarella potevano metter loro le tedesche, sempre in quota, e sempre potenzialmente benviste dai giudici, troppo spesso casalinghi nei tuffi; oppure le inglesi,

che, però, con un ultimo tuffo ciascuna per sé scendevano dal podio e anche più giù, finendo seste. Le tedesche, la Punzel che aveva già sfruttato il passaporto a scapito di Maria Marconi nella gara da un metro, e la Subschinski, erano a quota 315.50 quando Tania e Francesca si presentavano all'ultimo salto: le italiane avevano 253.80; bisognava ottenere almeno 60 punti. Erano quasi perfette e ne spuntavano 74,70, per un totale di 328,50 punti d'oro. Baci, abbracci e Fratelli d'Italia.

IL PREMIER AL TELEFONO

Il premier Renzi, che al nuoto aveva telefonato al presidente Fin Barelli per dirsi «orgoglioso dell'immagine italiana e dell'esempio che state dando alle giovani generazioni», poi parlava di nuovo, in diretta con la Cagnotto e la Dallapè. Le due ragazze, che si lasciano volentieri definire "la coppia più bella del mondo" dicevano che non credevano più di tanto nell'exploit. «Ci siamo allenati poco, giusto queste ultime due settimane di più» sostenevano, naturalmente in sincro. Ma le cinesi? «Se il giorno della gara viene loro il cag...» dice la Dallapè.

GIORGIO: VINO & GALLINA

Giorgio Cagnotto, alludendo alle due azzurre d'oro, dice ha l'esperienza fa molto e che «vino vecchio fa...». Quella è la gallina, gli dicono. E lui: «M'intendo più di vino». La Aor, allenatrice della Dallapè, sostiene che ci sono più donne che allenano nei tuffi che altrove «forse perché hanno in più, boh...». Una donna, Jane Figureido, allena ora Tom Daley, l'inglese ventenne che si piazza secondo nella piattaforma battuto dal russo Minibaev. Per Tom era a Berlino anche il fidanzato diventato ufficiale dopo l'outing, il premio Oscar, lo seneggiatore Dustin Lance Black che ha vent'anni più del tuffatore. L'azzurro Dell'Uomo si piazza sesto.

P.M.

**FEDERICA
PELLEGRINI**

Nata il
5/08/1988
a Mirano (Ve)



Vive a
Verona

Figlia di
Roberto e Cinzia

Fratelli
Alessandro

Fidanzato
Filippo Magnini

Altezza
179 cm

Peso
65 kg

Allenatore
Philippe Lucas

**Preparatore
atletico**
Matteo Giunta

Club
Aniene

Specialità
Stile libero
200 e 400

**LE MEDAGLIE
OLIMPIADI**

●●● **2**

Oro (2008)

Argento (2004)
nei 200 sl

MONDIALI

●●●●● **2**

Oro 200 e 400 sl
(2009 e 2011)

Argento
200 sl (2005)

Bronzo
200 sl (2007)

EUROPEI

●●●●●●●● **12**

Oro (400 sl)

Argento
(4x100 sl)

Bronzo (4x200)
nel 2008

Oro (200 sl)

Bronzo (800 sl)
nel 2010

Oro 200 sl e
4x200 sl nel 2012

Bronzo 4x100 sl
nel 2012

Oro 4x200 sl
nel 2014

Oro 200 sl
nel 2014

Bronzo 4x100 sl
nel 2014

**ALTRE
MEDAGLIE**

MONDIALE
25 m: 3

EUROPEO
25 m: 12 (4 ori)

**RECORD
MONDIALI**

200 e 400 sl

BILANCIO

Barelli è cauto «Soddisfatti, si deve crescere»

Azzurri quarti nel medagliere in
corsia con 15 podi. Il presidente
Fin: «Ai Mondiali sarà diverso»

Un numero fortunato (23) simboleggia la felice spedizione azzurra, che vince la classifica a squadre in corsia, raccoglie in tutte le discipline e soprattutto si rilancia dopo due anni avari tra Giochi e Mondiali. Siamo quarti nel medagliere di corsia con 15 medaglie di cui 5 d'oro, e questo bottino rasserena l'ambiente. L'Italia non ha raccolto podi solo nel dorso, ma almeno una medaglia in ogni specialità, comprendendo uomini e donne, è maturata. Al mattino parla il presidente federale italiano (ed europeo) Paolo Barelli, che ammette: «Siamo soddisfatti da un lato e prudenti dall'altro, dopo Berlino viene Kazan». Cioè non crogiolarsi troppo sugli allori e pensare ora alla sfida più difficile dei Mondiali 2015. «Stiamo crescendo, tutto il mondo ora vorrebbe venire a Ostia, ma non c'è l'acqua benedetta e soprattutto i centri federali li mettiamo a disposizione di chi come Paltrinieri o Detti o la Caramignoli ha bisogno di supporti. Idem per Verona, da tanti anni. Mi sento di ringraziare i club che svolgono un lavoro prezioso, spesso nelle difficoltà economiche e degli spazi d'acqua. Questo è un risultato che vale doppio, è stato un Europeo di grande qualità, il nostro Europeo della svolta, su 42 atleti ci sono 27 presenze individuali in finale». Ovvero del rilancio: anche per l'immagine dopo le polemiche, le vicende giudiziarie: «Restiamo coi piedi per terra». Vorrebbe glissare sul caso-D'Arrigo e non teme che Mitch possa optare gli Usa: «Si tratterebbe di scelte di vita, è stata una vicenda incresciosa che ci ha imbarazzato, lui è un talento e cercheremo di salvaguardarlo, il resto sono vicende personali, la Fin gli vuole bene, non vogliamo creargli problemi, ma se qualcuno vuol mettere benzina sul fuoco...». Barelli non parla mai del Coni, semmai pensa ai premi da pagare: «Servono doppie fatturazioni».

Progetti Il c.t. Cesare Butini aggiunge: «La squadra ha girato per il verso giusto, è coesa tra



Squadra coesa, ora dobbiamo far migliorare i giovani verso l'Olimpiade 2016

CESARE BUTINI
C.T. AZZURRO

giovani e meno giovani, essere la prima nazione è un grande riconoscimento, ora dobbiamo guardare alla dimensione mondiale e a far crescere ulteriormente i giovani verso Rio. Sotto le aspettative c'è il dorso, ma avevamo tre ragazzi senza esperienza europea. Questo Europeo ci è servito per traghettare il gruppo verso il livello mondiale, mi è piaciuto come si sono comportati quasi tutti, l'obiettivo ora è ben figurare ai Mondiali di Kazan e il primo step saranno i Mondiali in corta a Doha. Il confronto con gli altri Paesi? Mi ha impressionato la Gran Bretagna. Noi ora dobbiamo pensare a rilanciare la 4x200 maschi, la staffetta veloce ha avuto fiducia e l'ha ripagata anche se ha perso l'occasione di battere la Francia, per la mista dispiace per Bonacchi, ma gli rinnovo la fiducia perché è giovane. Le staffette femminili si sono comportate tutte ottimamente. I voti più alti? A Paltrinieri e Pellegrini».

s.a.

IL MEDAGLIERE

Paese	O	A	B	tot.
1 G. Bretagna	11	8	7	27
2 Russia	9	7	3	19
3 ITALIA	8	3	12	23
4 Germania	6	8	8	22
5 Danimarca	6	1	2	9
6 Ungheria	5	6	6	17
7 Francia	5	4	3	12
8 Svezia	3	6	1	10
9 Spagna	3	5	5	13
10 Olanda	3	5	2	10
11 Polonia	2	1	1	4
12 Serbia	2	0	0	2
13 Ucraina	1	3	7	11
14 Lituania	1	1	2	4
15 Bielorussia	1	1	1	3
16 Far Oer	0	2	0	2
17 Grecia	0	1	0	1
18 Austria	0	0	1	1
18 Slovenia	0	0	1	1
18 Belgio	0	0	1	1
18 Finlandia	0	0	1	1

GDS

CAGNIOTTO

Nata il
15/05/1985
a Bolzano



Padre
Giorgio (allenatore)

Madre
Carmen Castelner

Altezza
160 cm

Peso
54 cm

LE MEDAGLIE MONDIALI

●●●●●●●● **7**

Argento

3 m sincro con
Francesca Dallapè
a Roma 2009

Argento

3 m sincro con
Francesca Dallapè
a Barcellona 2013

Argento

1 m
a Barcellona 2013

Bronzo

3 metri
a Montreal 2005
a Melbourne 2007
a Roma 2009

Bronzo

1 metro
a Shanghai 2011

EUROPEI

●●●●●●●● **22**

●●●●●●●●

●●●●●●●●

●●●●●●●●

Oro

2004: 10 m

2008: 10 m

2009: 1 e 3 m,

3 m sincro

2010: 1 m

e 3 m sincro

2011: 1 m e 3 m

sincro (sincro con
F. Dallapè)

2012: 3 m sincro

(con F. Dallapè)

2013: 3 m sincro

(con F. Dallapè)

2013: 1 m

2014: 1 m

2014 3 m sincro

Argento

2002: 10 m

2012: 1 m

2013: 3 m

2014 3 m

Bronzo

2002: 3 m sincro
(con M. Marconi)

2004: 1 m

2008: bronzo 10 m
sincro (con N. Batki)

2011: 3 m

ALTRI PIAZZAMENTI

OLIMPIADI

2000: 18^a 3 metri

2004: 8^a 3

e 10 metri

2008: 5^a 3 metri

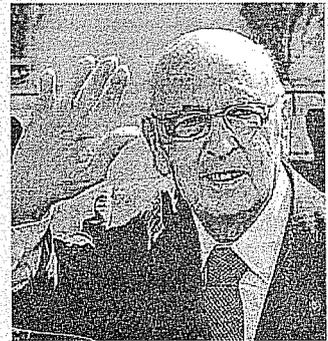
2012: 4^a 3 m ind.

e 3 m sincro

IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA

I complimenti di Napolitano «Vi invito presto al Quirinale»

«Al termine degli Europei di Berlino così pieni di emozionanti successi desidero rivolgere le mie più calorose congratulazioni alle ragazze e ai ragazzi del nuoto italiano con l'auspicio di poterli presto abbracciare in Quirinale insieme al Presidente del Coni e a quello della Federazione». Lo afferma il presidente della Repubblica, Giorgio Napolitano, in una dichiarazione.



TURRINI BRONZO NEI 400 MISTI

Azzurri terzi, Napolitano: "Bravi, vi aspetto"

BERLINO. L'Italia del nuoto ha vinto e commosso per due settimane a Berlino. Con i soliti splendidi eroi e i nuovi alfieri, è stato un Europeo da 23 medaglie (8 ori, 3 argenti, 12 bronzi) per gli azzurri, che hanno anche guadagnato il trofeo per nazioni. A vincere il medagliere è la Gran Bretagna davanti alla Russia. Certo che c'è soddisfazione, e anche l'indicazione dal presidente della Federnuoto Paolo Barelli: «Stiamo con i piedi per terra». Dopo le telefonate e i tweet del premier Matteo Renzi, arriva anche il messaggio del capo dello Stato Giorgio Napolitano: «Le mie più calorose congratulazioni alle ragazze e ai ragazzi del nuoto italiano con l'auspicio di poterli presto abbracciare in Quirinale. E' stata un'estate ricca di soddisfazioni per lo sport italiano da cui trarre ispirazione e fiducia per un sempre maggiore sviluppo dell'educazione e della pratica sportiva a ogni livello ed età a cominciare dalla scuola». Lo sa Federico Turrini, il livornese di 27 anni, cosa significhi alla fine arrivare: bronzo nei 400 misti, l'ultima medaglia acciuffata in vasca. «Sono soddisfatto ma rimango prudente» dice Barelli. «I risultati di questo Europeo dovranno essere tradotti ai mondiali di Kazan del 2015 e a Rio l'anno dopo. Se i ragazzi sono andati bene è soprattutto grazie alle società». Soddisfatto il dt Cesare Butini: «Grande europeo al di là delle medaglie: 15 nel nuoto. Sui 42 atleti, 27 diversi in finale, le ragazze hanno battuto i maschi (14 a 13), soltanto due non hanno superato il turno. Abbiamo visto una squadra motivata, unita, affiatata. Alcuni più giovani non hanno colto le occasioni, specie nel dorso. Hanno risentito del soffitto basso. Ma anche pagato dazio all'inesperienza. Dovremo traghettarli verso Rio abituandoli alle competizioni di livello: le gare importanti iniziano dalle batterie. E' l'inizio di un percorso, e dà fiducia».

(a. ret.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il medagliere

	oro	arg.	bro.	Tot.
 Gran Bretagna	8	8	11	27
 Russia	9	7	3	23
 Italia	8	3	12	23
 Germania	6	8	8	22
 Danimarca	6	1	2	9
 Ungheria	5	6	6	17
 Francia	5	4	3	12
 Svezia	3	6	1	10
 Spagna	3	5	5	13
 Olanda	3	5	2	10



Italia, 23 podi I complimenti di Napolitano: «Vi aspetto»

IL BILANCIO

BERLINO Le congratulazioni del Presidente Napolitano arrivano a Berlino al termine degli Europei di nuoto in un messaggio che parla delle emozioni e dell'esempio, dell'importanza dello sport con un richiamo alla scuola e un invito al Quirinale. «Desidero rivolgere le mie più calorose congratulazioni alle ragazze e ai ragazzi del nuoto italiano con l'auspicio di poterli presto abbracciare in Quirinale», le sue parole. Sono il punto esclamativo sul bel bilancio dello sport acquatico: l'Italia è terza nel medagliere (8-3-12, totale 23), prima a punti nel nuoto e nel fondo, terza nel syncro, quarta nei tuffi. Dove altro nelle statistiche europee l'Italia è così in alto?

Il presidente della Federnuoto, Paolo Barelli, è sorridente, «soddisfatto ma prudente»: mette le mani avanti (si spera in stile Pellegrini: per vincere) per il futuro mondiale di Kazan 2015 e olimpico di Rio 2016. Loda questa generazione 2.0 che fa ben sperare e il lavoro di società sportive, «il nostro tesoro se scuola e università mancano», tecnici e, soprattutto, ragazzi/e.

Fa l'ironico quando dice che «per pagare premi e record servirà una doppia fatturazione», alludendo alla vicenda giudiziaria che lo divide in (malo) modo dal Coni; tirato per i capelli nella questione D'Arrigo e festa della matricola, sottolinea l'intenzione della Federazione «di continuare a sostenere il ragazzo, la famiglia» perché resti italiano e non scelga l'America anche di nazionalità sportiva (Mitch ha il doppio passaporto e potrebbe): comunque la sua matricola la ricorda ancora, il barbiere fu Momoni, nuotatore con macelleria a Roma; ricorda il caso del pallanotista Cupido («come quello delle freccette») che è diventato americano e alla Fin dispiace, «ma sono scelte di vita», e quella di sostenere altresì il programma della Pellegrini verso Rio, pensando che «arrivano giovani che le grattano i piedi ma sarà difficile batterla con la sua personalità e il suo talento».

Parla della globalizzazione di questo sport e quindi dell'approvazione a una specie di Erasmus dell'acqua con scambi tra nuotatori e tecnici di diversi Paesi.

P. M.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



NUOTO/ A BERLINO PELLEGRINI QUARTA E CAGNOTTO SECONDA

ACQUA BRILLANTE

L'Italia chiude senza altri ori ma è la sorpresa dei campionati europei

CLAUDIO MANGINI

BERLINO. Niente ciliegie d'oro. Alla fine, nell'ultimo tuffo dell'ultima gara (il trampolino da 3 metri) degli Europei, Tania Cagnotto sbaglia ed è solo argento. Federica Pellegrini, nei 400 stile libero, è addirittura quarta. L'altra medaglia di giornata, sotto il cielo di tubi metallici del Velodrom di Berlino, la porta nei 400 misti Federico Turrini, che ha 27 anni, va sul podio con un tempo che è quasi 5 secondi superiore al record italiano di Marin ma porta a casa il risultato che insegue da una vita. Bello non mollare mai. Mancano, proprio dalle primedonne, due ciliegine d'oro che potevano portare l'Italia al secondo posto nel medagliere. Ma va bene così. L'Italia dell'acqua è terza nel conteggio assoluto, con 8 ori, 3 argenti e 12 bronzi. Meglio fanno solo Gran Bretagna (11,8,8) e Russia (9,7,3). E quarto (ma con vittoria nella classifica a punti) nel conto finale dello sport principe, il nuoto fra le corsie: l'Italia chiude con 5 ori, un argento e 9 bronzi.

Meglio fanno i britannici (9, 7, 8), che pure lasciano una fetta di squadra a casa dopo i giochi del Commonwealth, Danimarca (6, 1,2) e Ungheria (5,4,4). Due anni fa quelli dell'acqua azzurra erano usciti con le ossa rotte dall'Olimpiade di Londra: solo il bronzo di Martina Grimaldi, nella 10 km, a dare un briciolo di gioia alla spedizione. L'anno scorso il bilancio del Mondiale di Barcellona era stato avaro, appena tonificato nel finale dall'argento semi-sabbatico di Fe-

derica Pellegrini e dal bronzo in extremis di Gregorio Paltrinieri. Dodicesimi fa c'erano cinque nazioni non europee (Usa, Cina, Australia, Brasile e Sudafrica) sopra l'Italia nel medagliere; ma c'erano anche cinque Paesi europei (Russia, Francia, Ungheria, Germania e Spagna). Oggi le acque cupe sono tornate limpide, brillanti di medaglie: gradazione verde speranza. Anche considerando che, a livello continentale, la pallanuoto fa campionato a sé. Un mese fa il Settebello rinnovato e ringiovanito di Campagna ha conquistato il bronzo a Budapest: a Londra era stato d'argento, a Barcellona si era fermato ai piedi del podio. Insomma, anche quelli della waterpolo sono tornati in linea di galleggiamento.

L'Europeo di Berlino è già nel flash back delle imprese: la rimonta straordinaria di Federica Pellegrini nella 4x200, la fatica di Martina Grimaldi, la grazia (un po' a corto di base atletica) di Tania Cagnotto sola e in coppia con Francesca Dallapé e la voglia di non mollare mai, almeno nei 200, della Fede. E poi, in quel ragazzo che sorride e vince, vince e sorride, macina vasche e prende le gare di mezzofondo di cuore e coraggio, che si chiama Gregorio Paltrinieri. Era più di una promessa, ora è un nuotatore top a livello mondiale. E poi, fra i sogni d'oro diventati realtà, c'è anche la piccola grande medaglia d'oro della staffetta stile libero mista: tre avversarie, due forti (Francia e Russia) e Giada Galizi che mette la mano davanti alla piastra. Vittoria di squadra. E anche questo vuol dire

qualcosa.

Cesare Butini, il ct, aveva fissato un traguardo minimo: 10 medaglie nel nuoto: ne sono arrivate 15. Paolo Barelli, presidente della Fin, ha ringraziato tutti quelli che hanno fatto i complimenti alla Nazionale, primo fra tutto il premier Renzi. Ieri sono arrivati anche quelli di Napolitano. Poi ha detto che non bisogna «enfaticizzare troppo i risultati, ma guardare con fiducia al futuro». Ecco il punto: fare la tara. Perché un Europeo non è un Mondiale e, tantomeno, un'Olimpiade. Ma l'Italia non molla nel sincro (bronzo di squadra) e nel fondo, sul trampolino ha una delle due regine e l'altra, si sa, è la Fede. Che ha fatto da modello, ha scatenato voglia di emulazione facendo crescere intorno a sé il gruppo femminile. E tirandosi dietro una gara che pesa). Il nuoto - che è lo sport principe in piscina - azzurro ha meno "buchi" che 24 e 12 mesi fa. Verso Rio, bisognerà preservare le regine: Fede, che ieri ha nuotato i 400 (4'04"42) senza abbastanza fame e soprattutto senza convinzione. Dovrà seguire Lucas, forse anche in Francia, e non ripetere gli errori di guida tecnica del pre-Londra. Il compito per Tania Cagnotto sarà aumentare i carichi di lavoro, lo ha detto anche lei. Martina Grimaldi è una certezza.

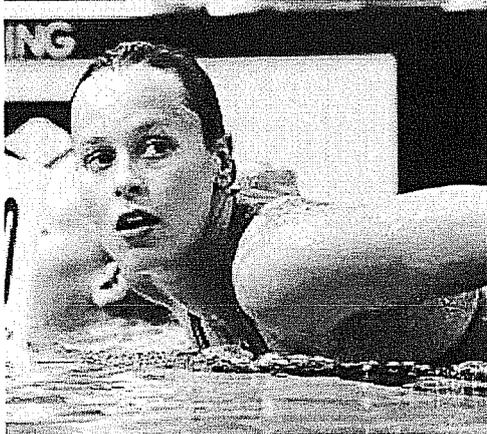
E poi bisognerà sciogliere il rebus Mitchell D'Arrigo, l'italo-americano: comunque si veda la storia della matricola, il ragazzo d'argento nei 400 stile libero, oggi, è un corpo estraneo nel gruppo della Nazionale.

IL MEDAGLIERE

••• LA CLASSIFICA FINALE:

- 1) Gran Bretagna 11 ori, 8 argenti, 8 bronzi 27 in totale; 2) Russia 9 7 3 19; 3) Italia 8 3 12 23; 4.) Germania 6 8 8 22; 5) Danimarca 6 1 2 9; 6) Ungheria 5 6 6 17; 7) Francia 5 4 3 12; 8) Svezia 3 6 1 10; 9) Spagna 3 5 5 13; 10) Olanda 3 5 2 10; 11) Polonia 2 1 1 4; 12) Serbia 2 0 0 2; 13) Ucraina 1 3 7 11; 14) Lituania 1 2 4; 15) Bielorussia 1 1 1 3; 16) Far Oer 0 2 0 2; 17) Grecia - 1 - 1; 18) Slovenia - - 1 1; 18) Finlandia - - 1 1; 18) Belgio - - 1 1; 18) Austria - - 1 1.





Federica Pellegrini, oro nei 200 stile libero

LAPRESSE



L'oro della staffetta 4x200



Tania Cagnotto, oro nel trampolino da un metro

LAPRESSE

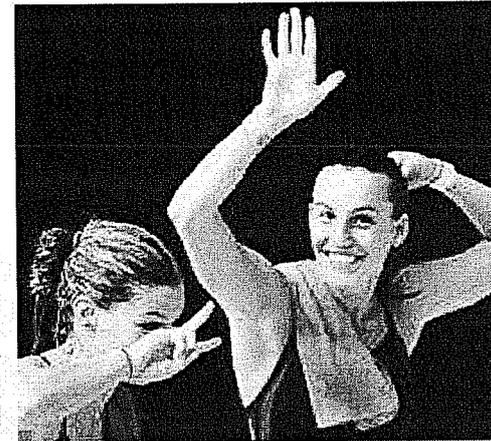


Grimaldi, oro nella 25 km

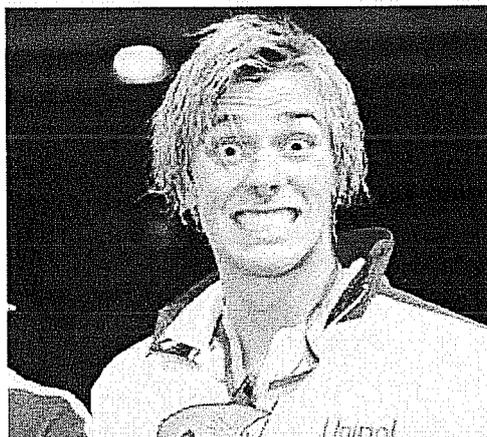


Staffetta 4x100 stile libero mista: oro

LAPRESSE



Cagnotto-Dallapè, oro nel sincro



Paltrinieri 1: oro nel 1.500 metri stile libero

LAPRESSE



Paltrinieri 2: oro negli 800

LE SPERANZE IN VISTA DELL'OLIMPIADE

LEONARDI, BARBIERI & CO. IL NUOVO AVANZA VERSO RIO

Ostia e Bologna, centri federali da prendere come modelli

PAOLA PROVENZALI

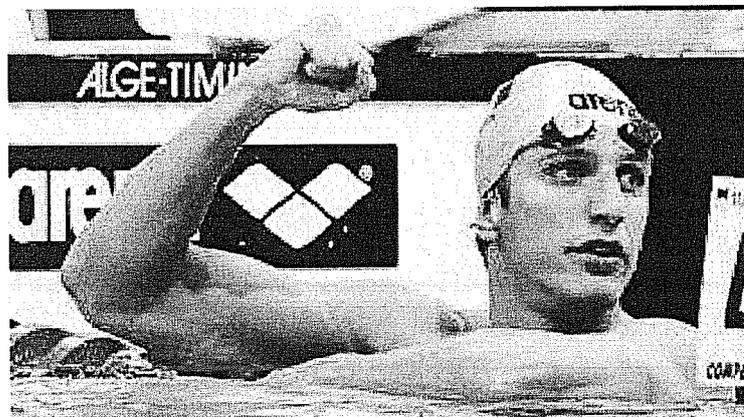
BERLINO. C'è una giovane Italia che viaggia diretta verso il Rio 2016. A due anni esatti dall'appuntamento a cinque cerchi è già il momento di guardare all'allenamento dei prossimi 20 mesi. Si sta costruendo e le conferme arrivano da Berlino. Ai Campionati Europei l'Italnuoto ha chiuso al primo posto la classifica per nazioni: 5 ori, 1 argento, 8 bronzi. Bottino incoraggiante ma che, come sottolinea il presidente Federale Barrelli, «va preso con la giusta cautela. Tenere i piedi per terra...». Cautela, e voglia di migliorarsi. Questi devono essere gli input di un nuoto che è completamente cambiato nell'ultimo decennio. Il mezzofondo ormai è da considerarsi solo 800 e 1500; 200 e 400 sono sempre più difficili da interpretare perché sono riservati a esperti di resistenza, ma soprattutto di resistenza alla velocità.

E la resistenza alla velocità critica è il credo del vero vincitore di questo Europeo: Stefano Morini. Dopo Londra, la Fin gli ha affidato il Centro Federale di Ostia. A sua disposizione strutture eccezionali dove creare un gruppo. Missione compiuta. E' parti-

to con i mezzofondisti puri, Gregorio Paltrinieri, che può essere considerato un vero fenomeno, e i "normali" Gabriele Detti e Samuel Pizzetti. Ora a Ostia sono arrivate anche le ragazze. E i risultati si sono visti. Stefania Pirozzi ha ottenuto i suoi migliori tempi, Diletta Carli è rinata e Martina Rita Caramignoli ha conquistato un bronzo nei 1500 stile libero che nemmeno il più grande dei suoi estimatori sperava. Nessun trucco, nessuno miracolo, lavoro e nessuna primadonna: è l'Italia che avanza. I nomi su cui puntare nel prossimo biennio, Paltrinieri a parte, sono questi.

E un'altra oasi felice del nuoto italiano è Bologna e la sua Azzurra 91. Coach Bastelli rigenera nuotatori che vengono dati per finiti. E così c'è Luca Leonardi che è il futuro della velocità, Arianna Barbieri che a dorso è destinata a scrivere pagine importanti e Ilaria Bianchi, che pur non giovanissima, ha iniziato tardi a vincere e ne ha ancora voglia. Ci sono poi le romane. A partire da Silvia Di Pietro, che pur non salendo a podio ha migliorato due record italiani. Giada Gallizi, in azzurro grazie alle prove degli Assoluti e subito oro con la mista a stile. E poi Aurora Ponselè, un

futuro ancora indeciso fra 10 chilometri e vasca, ma tantissime potenzialità da esprimere. E se vale il detto che la forma di una nazione la si giudica dalla sua staffetta 4x200 stile libero, allora l'Italia femminile, con l'oro, sta alla grande. Federica Pellegrini a parte, hanno nuotato benissimo Alice Mizzau (che sarebbe andata in finale nella gara individuale se non fosse stata costretta a tornare in Italia per gravi problemi familiari), Stefania Pirozzi che nella lotta si esalta e Chiara Masini Luccetti che è garanzia di continuità. Tutte e tre di 21 anni, a Rio a 23 saranno al top della condizione. Bisognerà continuare su questa strada. Migliorare la sinergia con le società e i Centri Tecnici e prendere ad esempio l'Inghilterra. Dopo Londra 2012 ha preso in mano la situazione Rebecca Adlington. Campus per i migliori. Con nuoto, palestra e studio tutti raggruppati insieme. E così è uscito fuori il nuovo primatista del mondo Adam Peaty. I fenomeni nascono. I buoni nuotatori crescono e in Italia ce ne sarebbero tantissimi se non si perdessero fra varie sedi. Da Berlino bisogna ripartire uniti.



Luca Leonardi, 23 anni, bronzo nei 100 metri stile libero

LAPRESSE



il commento

DUE REGINE E UN PRINCIPE. MA C'È ANCHE UNA CORTE

di Riccardo Signori

Due regine, un principe e una foto di gruppo che fa squadra. L'Italia del nuoto è stata una ventata di aria fresca, ed anche di simpatia, nell'atmosfera a volte stagnante del nostro sport. Il colpo d'occhio dice: meglio questa compagnia di ventura rispetto all'altra Italia dell'estate, quella dell'atletica. Si parla di medaglie (23), ma anche di comportamento complessivo. L'Italia delle piste si è presentata con 80 atleti ed ha raccolto il minimo. Basta fermarsi a quella del nuoto in vasca per marcare una differenza: 42 atleti, 27 dei quali sono finiti in finale, ed ha raccolto 15 medaglie, cinque d'oro. L'atletica che, comunque, lotta in un contesto difficilissimo, anche a livello europeo, si è aggrappata a poche certezze, a una cubana nazionalizzata e ai grandi faticatori della maratona. Quell'altra ha scoperto in Greg Paltrinieri il suo fantastico cavaliere d'oro e in Gabriele Detti un valoroso scudiero, ma poi è stato gruppo, è stata squadra che si trattasse della spavalda Martina Grimaldi nel nuoto di fondo, delle indomabili regine dei tuffi sincro o anche dei giochi di squadra nelle staffette veloci in vasca che hanno dimostrato la bontà del giardino azzurro. Facce nuove e nomi nuovi, molto più di quanto ci abbiano lasciato pista, pedane e strada. Conferme e poche smentite dal nuoto al contrario dell'atletica.

Poi bisognerà tener d'occhio il lavoro dei tecnici: nel nuoto sbagliano, hanno sbagliato in passato, ma alla lunga trovano rimedio e costruiscono atleti da competizione. Che poi la nostra regina sia guidata da un francese e se ne vedono gli effetti, è altristoria. Invece nell'atletica i tecnici stanno diventando uno dei tanti buchi neri.

I campionati europei servono per il medagliere e l'ottimismo. Poi, certo, mondiali e soprattutto Olimpiadi chiedono di

più, molto di più. Anche in termine di tempi per chi nuota in vasca e in termine di punti per chi deve vedersela con la Cina dei tuffi. Riferimento alle nostre due regine, nostre signore delle acque che, anche stavolta, non hanno tradito. Tania Cagnotto è la solita magnifica acrobata che continua ad avere un conto (in rosso) aperto solo con le Olimpiadi. Federica Pellegrini agonista e trascinatrice, come sempre e forse più di sempre, che si sente a casa solo nei 200 stile libero, si tratti di staffetta o individuale. Federica ieri ha forse chiuso, a livello internazionale, con i 400 stile libero dove ha raccolto una medaglia di legno e si è vista passare davanti perfino la spagnola Mireia Belmonte, che aveva disputato una finale mezzora prima, e l'olandese Rouwendaal, allenata proprio da Philippe Lucas. Sono segnali per un futuro che prevede solo due appuntamenti prima di chiudere: mondiali e Rio 2016. Pellegrini che trascina le ragazze anche in staffetta ed è un bel vedere. Italia rosa che acchiappa più medaglie degli uomini, anche se il nuoto ha chiuso proprio con un bronzo maschile (Turrini nei 400 misti, in onore al non è mai troppo tardi), con la mezza delusione della Pellegrini e due record italiani conquistati dalle ragazze del futuro. Europeo per atlete polyvalenti in vasca. Un nome di famiglia noto, Florence Manaudou, a dominare lo sprint maschile. Gran Bretagna a farla da padrona in assoluto nel medagliere. L'Italia ha dominato la classifica a punti del nuoto (tra medaglie e piazzati), terza nel medagliere assoluto, ed è il segnale di un gruppo che cresce. Il nuoto traina le altre specialità. Tania Cagnotto ha chiuso l'europeo di tutti con un argento dai tre metri. Forse un oro perduto, ma forse non è un caso che Tania e Fede abbiano chiuso con tre medaglie a testa: due ori e un orpello di metallo diverso. Tania non ha fatto triplete d'oro, Federica nemmeno. Ma grazie di esserci.



passioni & solitudini

Donne d'oro, modelli di sport e felicità

Alessandra Graziottin

Un tris d'oro declinato al femminile. Tania Cagnotto, Francesca Dallapè e Federica Pellegrini: tre donne d'oro agli Europei di nuoto, sabato 23 agosto. Per tutte loro, non un exploit ma uno spumeggiante raccolto che viene da lontano (anche Tania è al ventesimo titolo continentale). Grandi e diversi talenti, fisici e mentali, esaltati e affinati da anni di allenamenti e sacrifici, e ripagati da vittorie esaltanti. Sarebbe magnifico se queste ragazze così determinate, così coraggiose, così capaci di superare i momenti negativi per tornare grandissime, diventassero un modello di salute e di possibile felicità per le bambine e le ragazze italiane alla ricerca di ideali da imitare. Con l'obiettivo di cercare in uno sport amato un motivo di felicità fisica, di soddisfazione mentre lo si pratica, di benessere quotidiano ben oltre le ore di allenamento. E di soddisfazioni ancora più grandi, e a volte immense, se entrando nell'agonismo si hanno anche i geni che fanno di un grande atleta un campione.

Purtroppo solo un bambino su 10, in Italia, fa attività fisica adeguata all'età; ben il 40 per cento degli adolescenti italiani, femmine e maschi, non pratica alcuno sport: inquieti e immobili. Diventeranno quel 30-40% di adulti tra i 18 e i 69 anni del tutto sedentari, spesso sovrappeso e tristi. E' questo il quadro desolante di una palude motoria, anticamera di molti problemi di salute, che ha anche radici economiche. Il fattore predittivo più forte della probabilità che un bambino faccia sport è infatti il reddito dei genitori. In una democrazia degna del nome, tutti i bambini dovrebbero poter fare sport, sanando un'ingiustizia sociale modificabile. Come superarla? Incoraggiando i bambini a fare sport in famiglia, a scuola, nei Comuni. Le nostre ragazze d'oro, e molti nostri brillanti atleti, potrebbero diventare modelli da imitare: con i video delle loro vittorie da vedere e discutere a scuola, per entusiasmare ed esaltare i più piccoli, consentendo loro di conoscere sport diversi che potrebbero amare. Con interviste divertenti e istruttive su come ci si innamora di uno sport, si diventa un campione, si affrontano i momenti difficili e le sconfitte, si impara dagli errori per diventare più forti, fisicamente e mentalmente. Su come si mangia, quanto si dorme, su quanto uno stile di vita sano fin da piccoli sia

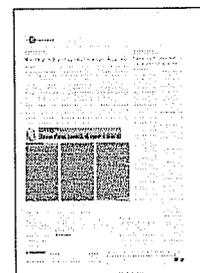
essenziale per avere un corpo e una testa da campioni. Con atleti testimonial nelle scuole, con interviste precedute dai filmati delle loro vittorie più belle: per far pulsare anche nei bimbi l'adrenalina luminosa e felice che tutti proviamo quando vediamo vincere un atleta amato, ancor più se italiano. Con il ritorno massiccio a scuola degli ottimi Giochi della Gioventù, per dare a tutti i bambini, indipendentemente da reddito e colore di pelle, la possibilità di scrivere un destino diverso, di scoprire che lo sport può aprire la via di una scoperta di sé e del mondo nuova ed entusiasmante.

Con un CONI impegnato a fare dello sport il biglietto da visita di un Paese innamorato della vita, più sano e più felice. Con un mecenatismo illuminato, che investa in energia pulita: lo sport per i nostri bambini è il futuro. Con progetti comunali finalizzati a far muovere e divertire un numero crescente di cittadini di tutte le età: questo è il vero investire in salute. Aumentando le piste ciclabili, le aree verdi, i palazzetti dello sport, palestre e piscine.

Un progetto di salute individuale, familiare e sociale: quando tutti fanno attività fisica, ci sono meno malattie, meno aggressività, più capacità di coesione, più energia costruttiva, più felicità, soprattutto quando uno sport diventa passione familiare. O perlomeno condivisa tra un genitore e un figlio. Parlare dello sport preferito, dei campioni più amati, aumenta le opportunità di dialogo e di identificazione. Senza stress di performance, educare allo sport significa allenare ad avere metodo, disciplina, senso di responsabilità verso se stessi e verso la squadra, capacità di porsi degli obiettivi e perseguirli, capacità di sentire la felicità del corpo quando è attivo e in forma. Tutti ingredienti preziosi, poi, nel lavoro, negli affetti e nella vita. Ragazze d'oro, ci aiutate?

www.alessandragraziottin.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA



LETTERA APERTA

Barelli ringrazia i club

Una lettera aperta ai presidenti delle società di nuoto e tuffi a sancire la chiusura di un Europeo molto positivo. Paolo Barelli, presidente della Federnuoto torna a sottolineare l'importanza dei club privati che supportano il movimento e gran parte degli atleti di punta. «I successi conseguiti ai campionati europei di Berlino - scrive Barelli - dai vostri e nostri atleti sono ascrivibili all'encomiabile lavoro che svolgete presso le società e ai sacrifici che continuate a sostenere malgrado le difficoltà che sempre più spesso incontrate nell'opera di volontariato per la promozione delle discipline acquatiche». Sono 15 le medaglie in piscina (5 ori, 1 argento e 9 bronzi) e un totale di 23 podi aggiungendo quelli arrivati dalle acque libere e dai tuffi.

«Le medaglie che portiamo in Italia, - continua Barelli - e che hanno fatto manifestare finanche l'orgoglio del Presidente della Repubblica Giorgio Napolitano e del Presidente del Consiglio dei Ministri Matteo Renzi, sono il più alto riconoscimento del lavoro svolto e ci impegnano a far sempre meglio e di più, a cominciare dal prossimo autunno. La nuova sfida che ci attende è esaltante: accogliere gli oltre 500.000 bambini e bambine che secondo Istituti di indagine - leader dello studio delle tendenze di flussi - inizieranno a frequentare le vostre piscine.



Nuoto Paltrinieri, due ori agli Europei di Berlino, guida il gruppo dei nuovi azzurri (e azzurre), ragazzi che guardano oltre le piscine
Giovani, belli e con l'anima. È la Generazione Greg

DAL NOSTRO INVIATO

BERLINO — Volti e verbi della Generazione Greg, giovane, bella e forte. Il volti scelti sono quelli del tormentato Andrea M. D'Arrigo argento nei 400 sl, della 17 enne Arianna Castiglioni bronzo nei 100 rana, della decisa Martina Rita Caramignoli bronzo nei 1.500 sl. Diversi, ma nessuno banale come il maitre à penser (et à gagner) del gruppo, Gregorio Paltrinieri da Carpi, che ci mette, oltre alla faccia, i verbi.

Visitare: «Mi piace conoscere le città dove gareggio. A Berlino ho visto Postdamer Platz, Alexander Platz e il monumento all'Olocausto. Sono salito sulla cupola del Reichstag. È molto interessante l'alternanza di vecchio e nuovo stile. Berlino è un po' tutta così, passi da palazzi antichi a costruzioni moderne e illuminate». Viaggiare. «New York, la mia città preferita. Viverci? Magari. Sono stato una settimana, ma da visitatore di una città cogli solo la superficie, quando ti abitui devi andare via. Proprio per questo vorrei tornare. Mi è rimasta impressa». Movimentare. «Io sono di Carpi che

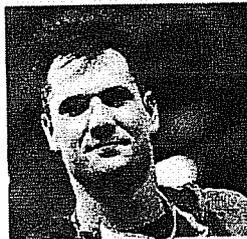
non è piccola, però non è Milano, non è Roma. Preferisco luoghi movimentati, vorrei fare l'esperienza di vivere in una grande città, mi piace il casino, stare in mezzo alla gente». Scegliere. «A Melbourne andrò a ottobre. Quando pensavo a un periodo all'estero, ho guardato tanti posti, però Melbourne mi ha subito ispirato, non solo perché è il posto giusto per il nuoto». Sperimentare. «Il senso del viaggio deriva dai miei genitori. Le vacanze le passavamo in Europa; non posti di villeggiatura dove vai e poi ti fermi, sempre in movimento». Parlare. «Vorrei conoscere meglio le lingue. Con l'inglese me la cavo, il tedesco l'ho studiato una vita, ma da due anni l'ho abbandonato».

Essere. «Sono belle anche le contraddizioni. Non è che perché ho questa voglia del viaggio o del casino abbia voglia di sbalare. Anzi. Non sopporto neanche i tatuaggi. Di estremo non ho mai fatto nulla. Che senso ha?». Imparare (ma anche no). «Sono ancora un po' viziato nella vita domestica. A Ostia ci fanno tutto, a mangiare si va al ri-

storante. Cucinare? Sopravvivo, ma è dura. Per ora sono contento che mi facciano tutto». Mettere (in valigia). «Con me ho sempre l'iPod con la musica e un libro, in questo caso "The Jordan Rules" di Sam Smith. Prima delle gare leggo sempre qualcosa. Il basket è la mia grande passione, sono tifoso dei Knicks dove gioca il mio preferito, Carmelo Anthony». Mangiare. «Sono un po' schizzinoso, amo le cose semplici, come il cioccolato di cui sono goloso». Nuotare. «A due ori puntavo, due ori ho vinto. Per i tempi qualcosa si può limare. Le sensazioni prima delle gare sono sempre diverse. Ci sono momenti in cui dico: non arrivo neanche in finale, poi entro in acqua e cambia tutto. Lo stile? Secondo me nuoto bene e cambiare ormai è difficile. La mia nuotata è quella. Adesso sono molto lineare». Sintetizzare (la nuova Generazione Greg): «Mi dà fastidio la routine, non penso solo al nuoto. Musica e libri mi aprono a mondi nuovi. Voglio viaggiare, ma amo la mia terra e a Carpi ci sto da Dio». (giusto) Tornare, ma più ricchi.

Roberto Perrone

© RIPRODUZIONE RISERVATA



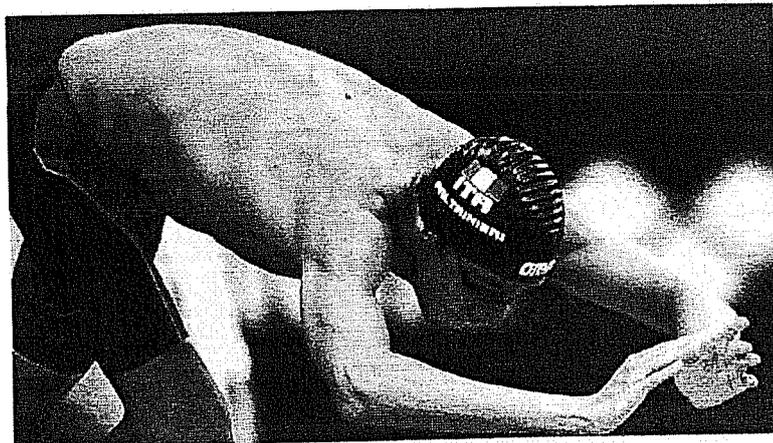
Andrea D'Arrigo



Arianna Castiglioni



Martina Rita Caramignoli



Leader Gregorio Paltrinieri, 19 anni, a Berlino ha vinto gli 800 e i 1.500 sl (Action Images)



IN ACQUA L'ITALIA FA SQUADRA

Dietro le quinte del boom agli Europei: atleti seguiti con attenzione, mini-raduni, programmi chiari

**Il c.t. azzurro Butini
«Il primo obiettivo
della Federazione
è far sentire a tutti
la sua presenza»**

**«Paltrinieri può
crescere ancora
Alla Pellegrini fa
bene allenare i 400
anche senza gare»**

30

**PRIMATI PERSONALI
migliorati dagli azzurri
a Berlino. 27 atleti (su 42)
sono andati in finale**

di Paolo de Laurentis
ROMA

Il giro d'Italia delle medaglie. Diciotto in totale tra piscina e acque libere. La bella immagine di un gruppo unito, piaciuto a Napolitano, a Renzi e agli appassionati. Si fa presto a dire Nazionale, molto più difficile è mettere insieme più di 40 ragazzi che, in uno sport come il nuoto, hanno esigenze totalmente diverse tra loro. Il successo della spedizione europea è stato proprio la conseguenza di una piccola impresa: mettere atleti e allenatori nella condizione di preparare al meglio la loro stagione in una autonomia... ragionata. Dove il ruolo del c.t. e della Federazione è stato soprattutto quello di condividere i programmi, organizzare la stagione e le selezioni per Berlino, monitorare sul posto tutto il possibile e se necessario intervenire. Un esempio rende l'idea: gli azzurri sono andati sul podio in tutte le gare dello stile libero maschile esclusi i 200. Leonardi, bronzo nei 100, si allena a Bologna. D'Arrigo, argento nei 400, vive e si allena in America. Paltrinieri e Detti, oro e bronzo sia negli 800 che nei 1.500, lavorano a Ostia.

STRATEGIA. Comunicazione, rapporti corretti e mini-raduni. Il ct azzurro, Cesare Butini, spiega: «Il primo obiettivo è stato quello di far sentire la nostra presenza a tutti i tecnici. Il gruppo è ampio, non c'è solo la prima squadra e bisogna seguire tutti. Se devo fare un numero, ogni giorno parlo con 4-5 allenatori». Poi c'è il resto: «In questa stagione ho girato spesso, non tanto per controllare gli allenamenti ma soprattutto per vedere se c'erano esigenze particolari o problemi che potevamo risolvere. Che sia lo spazio acqua o qualsiasi altra cosa. Tecnici a parte, devo dire che anche agli atleti fa piacere essere seguiti da vicino dalla Federazione. Poi c'è il discorso dei mini-raduni di 2-3 giorni (controllo e sviluppo dell'alta prestazione, per usare una definizione tecnica; ndr) dove abbiamo la possibilità di mettere a punto le dinamiche più legate alle esigenze di squadra, come i cambi delle staffette e altri aspetti tecnici». In più, collegiali di un paio di settimane per ulteriori confronti e analisi tecniche.

CERTEZZE. Mai come quest'anno i criteri di selezione sono stati chiari fin dall'inizio: convocato di diritto il primo classificato agli Assoluti primaverili e poi poche integrazioni,



non oltre giugno. Per mettere a punto un altro ciclo di preparazione nei due mesi successivi. «Stabilire fin dall'inizio con i tecnici il percorso da fare durante la stagione è stato un altro degli aspetti decisivi. Anche gli atleti hanno bisogno di certezze per rendere al meglio e organizzare la loro stagione».

PROSPETTIVE. L'Italia è a tutti gli effetti una realtà europea. Ma... «Calma - prosegue Butini - l'Europa è l'Europa. Il mondo è un'altra cosa. Il livello dell'europeo ha permesso a molti dei nostri di gestire le batterie del mattino, spingere nelle semifinali e centrare la finale. Se al Mondiale pensiamo di gestire le batterie del mattino, poi le semifinali le vediamo in tribuna...».

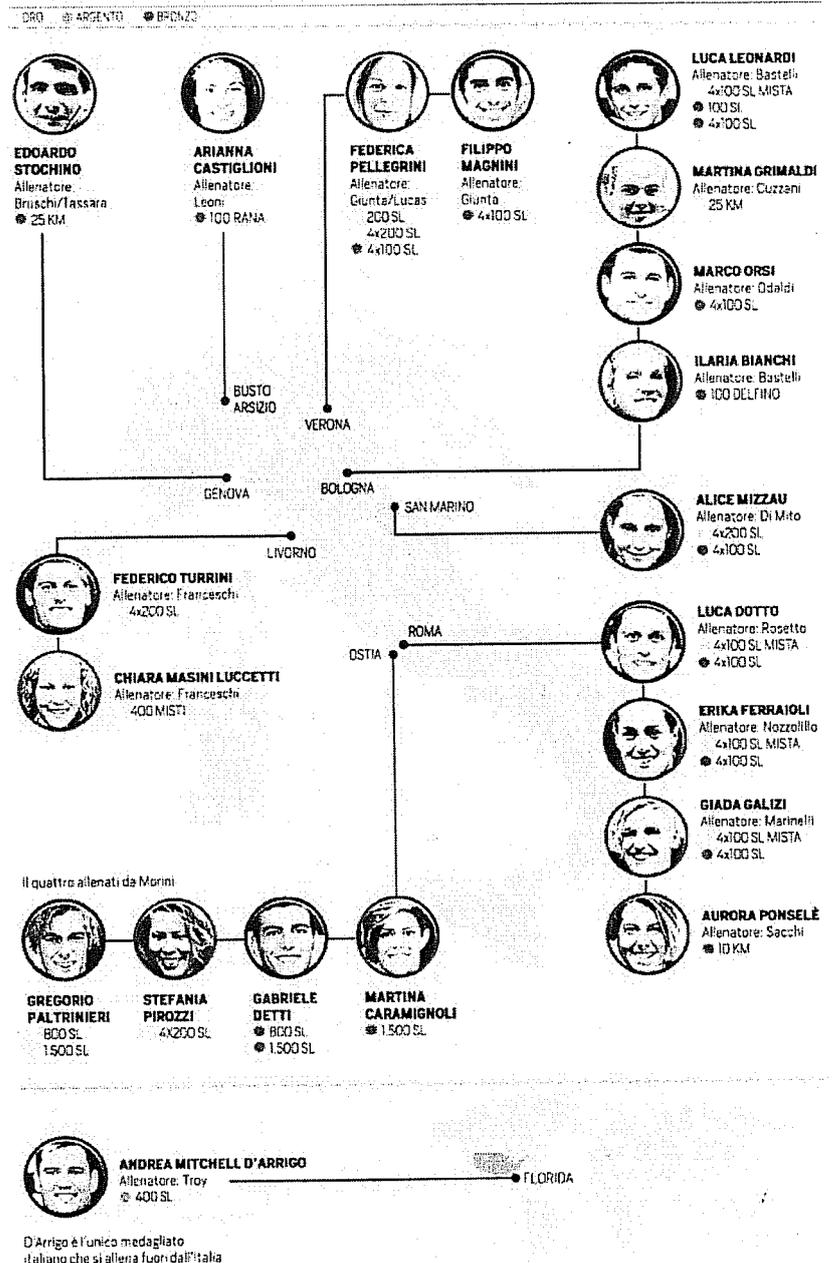
OBIETTIVI. Gli americani sono un modello. Se certe cose le fanno loro, nel nostro piccolo, possiamo farle anche noi: «Il problema è solo mentale: si può spingere già al mattino senza compromettere i turni successivi. Per fare due esempi: l'Europeo di Detti, dai 400 ai 1.500, è stato straordinario mentre le ragazze della 4x200 hanno avuto un calo di tensione dopo l'oro che al Mondiale non ti puoi permettere. Questo è il nostro prossimo obiettivo e cambieranno anche i criteri di selezione: per il Mondiale ci sarà un tempo limite, non basterà vincere i campionati italiani».

GREG E FEDE. Da qui a Rio sono e restano le nostre stelle: «Paltrinieri crescerà ancora, con il lavoro e con il confronto internazionale e ben venga l'esperienza in Australia. La Pellegrini è la regina dei 200, fa paura alle avversarie. E' lì da dieci anni, dobbiamo rispettare le sue scelte. Da tecnico, penso che un lavoro sui 400 per lei sia comunque importante, anche senza gareggiare nei grandi appuntamenti. Ma in questa vicenda sono spettatore: con Lucas troverà lei la soluzione migliore. Se necessario, saremo ovviamente di supporto».

SPINE. Qualcosa che non è andato per il verso giusto c'è. La squalifica della Fissneider nei 50 rana per aver gareggiato con i cerotti, proibiti dal regolamento, è un brutto episodio. La matricola a D'Arrigo pure. «Non voglio entrare nel merito, faccio solo un discorso generale e credo che probabilmente sono cambiati i tempi e la sensibilità di tutti: dieci, vent'anni fa era diverso. Se oggi qualcuno non vuole fare una cosa, è anche giusto che non la faccia e finisca lì».

RIPRODUZIONE RISERVATA

LA GEOGRAFIA DELLE MEDAGLIE AZZURRE



L'OPINIONE

UN MODELLO CHE L'ATLETICA DOVREBBE IMITARE

di Francesco Volpe

Quand'eravamo ragazzi - erano gli anni 70, ahinoi - il nuoto italiano viveva di lampi estemporanei. Folgorante ma troppo breve la parabola di Novella Calligaris, l'unico capace di accendere la fantasia era Marcello Guarducci. Ma più per il flirt con Milly Carlucci che per i bronzi europei su 100 e 200 sl. Il nuoto viveva in semiclandestinità. Gli eroi per noi Baby Boomers erano altri. Mennea e Fiasconaro, la Simeoni e Fava. Poi sarebbero arrivati i Cova e i Panetta, gli Antibo e i Lambruschini. I nostri tecnici erano all'avanguardia, lo scambio culturale intenso, il ricambio costante. La scuola di Formia e i centri federali di Schio e Tirrenia erano i punti di riferimento, ma anche piazze come Rieti, Padova, Milano catalizzavano allenatori e talenti.

Alla fine degli anni 90 c'è stato il passaggio del testimone. L'esplosione della generazione di Brembilla e Rosolino, la loro stessa rivalità, ha gettato le basi per il boom delle piscine. I campioni del nuoto hanno cominciato a vincere e con le vittorie si sono scoperti glamour. Certo, di Federica Pellegrini ne nasce una ogni 50 anni. Certo, nel nuoto non impazzano britannici di Mo-

gadiscio e turchi della Rift Valley. Ma la sproporzione tra i risultati europei (il mondo è un'altra dimensione) prodotti dal 1997 ad oggi dall'atletica e dal nuoto è mostruosa: 38 ori e 112 medaglie in piscina (in dieci edizioni), 6 ori e 16 medaglie in pista o sulla strada (in sei eventi). L'atletica non ha saputo gestire i suoi (pochi) gioielli, la parabola di Andrew Howe è emblematica, il nuoto ne ha sfornati in quantità industriale. E non parliamo solo di stelle - Pellegrini, eppoi Magnini, Filippi, Paltrinieri - ma anche dei tanti che si sudano un bronzo e portano fieno alla causa.

E così scopri che molti successi arrivano da gruppi di lavoro che si formano spontaneamente. A Verona e a Bologna come a Ostia. Dove la rivalità e lo spirito di emulazione, in vasca come alla playstation, aiutano a crescere. Mentre l'atletica si è polverizzata e ognuno, tranne rare eccezioni, si allena in proprio a casa sua. Un problema su cui, sul nostro giornale, ha puntato l'indice anche Elio Locatelli, d.t. della preparazione olimpica del Coni. Non sarà facile rilanciare l'atletica italiana, anche solo a livello europeo. Cominciare a copiare dal nuoto sarebbe un buon punto di partenza.

