



**C. C. NAPOLI**  
**domenica, 05 aprile 2020**

**C. C. NAPOLI**

05/04/2020 **Il Secolo XIX** Pagina 37

Bocciardo: «Quanto mi manca l' acqua ma prima che atleti bisogna essere cittadini»

---

## Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

Il campione paralimpico ligure «Rimandare Tokyo è stata una scelta giusta, così la gente ha compreso che la situazione è molto grave. Ai ragazzi disabili e alle loro famiglie dico di tenere duro. Il consiglio è contattare fisioterapisti e istruttori per avere un aiuto a distanza»

### Bocciardo: «Quanto mi manca l'acqua ma prima che atleti bisogna essere cittadini»

Paola Provenzali Francesco Bocciardo è un leone in gabbia. Da quando è scattato l'allarme coronavirus, il campione paralimpico genovese non esce più di casa e gli manca da morire la piscina. **Come vive un fuoriclasse del nuoto fuori dall'acqua?** «Male. Ma come persona ancora prima che come atleta. Io sono sempre stato in simbiosi con l'acqua. Mi hanno portato piccolissimo in piscina come terapia per la mia diplegia spastica e l'acqua mi ha salvato la vita. Me l'ha resa migliore fin da subito. Il fatto che abbia ottenuto dei risultati agonistici è gratificante, ma il mio rapporto con questo elemento è stato, è e sarà sempre insostituibile». **Però da più di un mese non si allena. Come fa?** «Niente può sostituire l'ambiente vasca. Ma in questo momento bisogna essere cittadini prima che nuotatori. Ognuno, col suo comportamento, è responsabile di tutti. Io dedico un'ora e mezza della giornata all'allenamento a secco. Tanti allungamenti, esercizi a corpo libero, isometria, elastico. Cerco di mangiare il meno possibile per non ingrassare. Ma la sensibilità in acqua è persa. Ci vorrà un po' per riacquistarla, ma sarà per tutti uguale». **Non proprio per tutti, visto che fino a oggi gli agonisti avevano il permesso di allenarsi. Cosa ne pensa?** «Non credo sia il momento per dare giudizi. Ognuno fino a ieri ha fatto quello che si sentiva di fare. Io non ho nuotato». **Lei è una delle 10 medaglie d'oro paralimpiche dell'Italia a Rio 2016. Come si pone nei confronti del posticipo dell'Olimpiade di Tokyo di un anno?** «Era l'unica scelta possibile. In questa situazione di incertezza sarebbe stato sconsiderato far unire tante persone provenienti da tutto il mondo. E lo sarebbe stato anche procrastinare ancora la decisione. Ho avvertito che, da quando è stata data questa notizia, anche l'uomo comune ha capito finalmente che stava succedendo qualcosa di grave nel





## Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

---

mondo. Se si fermano anche i Giochi Olimpici deve essere proprio una situazione drammatica, deve aver pensato la gente. E lo sport serve anche a questo. A sensibilizzare. Le Olimpiadi sono state fermate solo dalle guerre. Questa è una guerra ancora più subdola. Conosciamo l'avversario ma non lo vediamo ed è terribile». **Che sensazione ha provato al momento dell'annuncio, all'idea di dover ricominciare tutto da capo?** «Innanzitutto voglio dire grazie al CIO per aver spostato esattamente di un anno le competizioni. E' stato un segnale forte di continuità. Cambiare il periodo sarebbe stato davvero brutto. Lavorare quattro anni e vedere sfumare tutto a meno di quattro mesi dal via è stato frustrante per tutti. Ma ha prevalso il sollievo. La razionalità. Nel 2021 godremo tutto e di più». **Come stanno reagendo i suoi compagni di nazionale?** «Viviamo in una bolla, come tutti credo. Ci siamo sentiti martedì in una videoconferenza su Zoom. La nazionale paralimpica ha da sempre il suo punto di forza nell'unità di squadra. Sono rimasto sconvolto dalle testimonianze dei miei amici del Veneto e della Lombardia. Non ce n'era nemmeno uno che non fosse stato toccato da questa tragedia. Tutti avevano almeno un parente, un amico, un vicino di casa portato via da questo maledetto virus. Sentire le loro parole mi ha fatto venire i brividi». **Quando si ricomincerà a vedere il sereno?** «Sono un ottimista. Spero, con le dovute cautele, che si potrà ricominciare una vita seminormale ai primi di maggio. Per quel che concerne il ritorno alle gare non ne ho idea. A questo punto prendiamo tutto il tempo necessario e non rischiamo di vanificare lo sforzo fatto». **Come passa la giornata Francesco Bocciardo?** «Lavoro e allenamento, come sempre. Solo fra le quattro mura di casa. Lavoro in smart working per la Regione. Sono consapevole delle difficoltà economiche che sta attraversando lo sport. E' stato stanziato un bando speciale per le associazioni sportive. Manca la liquidità immediata e la Regione Liguria vuole aiutare tutti». **Cosa direbbe a un ragazzo disabile, alla sua famiglia in questo momento di grande difficoltà?** «Di tenere duro. L'acqua è un elemento insostituibile, soprattutto per chi ha disabilità. Consiglio a chi sta accanto a questi ragazzi di aiutarli a fare esercizi semplici, molta fisioterapia. Io ad esempio tutte le sere mi faccio aiutare dalla mia.