



C. C. NAPOLI
martedì, 11 agosto 2020

C. C. NAPOLI
martedì, 11 agosto 2020

C. C. NAPOLI

11/08/2020	Corriere del Mezzogiorno Pagina 11		3
<hr/>			
11/08/2020	Il Roma Pagina 21		4
<hr/>			
11/08/2020	Il Mattino Pagina 29	<i>Francesco De Luca</i>	5
<hr/>			
11/08/2020	La Città di Salerno Pagina 29		7
<hr/>			
11/08/2020	Corriere dello Sport (ed. Campania) Pagina 36		8
<hr/>			
11/08/2020	TuttoSport Pagina 35		11
<hr/>			
11/08/2020	La Gazzetta dello Sport Pagina 37		13
<hr/>			
11/08/2020	Il Messaggero Pagina 28		16
<hr/>			
11/08/2020	Il Secolo XIX Pagina 45		17
<hr/>			

«Circoli napoletani Una regata per Rolandi»

Quando il dolore diventa progetto. Pippo Dalla Vecchia, novanta anni trascorsi più in barca che a casa o nell'azienda di famiglia, tenta di reagire alla perdita del compagno di tante battaglie e lancia un'idea per onorare Carlo Rolandi. «I Circoli nautici, il Posillipo, il Savoia, l'Italia e la Canottieri Napoli voglio dire, che vivono vite separate devono riunirsi e pensare ad un evento velico mondiale da tenersi a Napoli a fine agosto del 2021. Nel nome di Carlo Rolandi, naturalmente». Ha in mente qualcosa in particolare? «No, ma chiedo una prova di forza, anche per riparare all'errore madornale di aver rinunciato alla Coppa America! Se proprio devo citare un modello quello del Trofeo Campobasso rende l'idea perché è diventato il campionato mondiale esordienti. Napoli per tutti è la capitale della vela, se ancora vale facciamo che lo sport diventi anche una occasione di lavoro e di turismo. Carlo Rolandi ha lottato una vita per questo». Insieme a lei. «Sì, insieme a me, ora, però, il pericolo è reale: perduto Carlo Rolandi il Golfo è diventato mare di nessuno e io, da solo e acciaccato, posso ben poco, anzi niente. Tra qualche anno chi ricorderà le pagine intense scritte nel triangolo magico tra Posillipo e il Borgo Marinari? Al più qualche vecchio come me, se riuscirà a sopravvivere, ma che ne sarà dei Circoli Nautici che scivolano nell'anonimato, senza soldi e, soprattutto, senza idee?». I primi segnali sono arrivati, chiari e forti come si dice: la Canottieri Napoli che in bacheca ha una Coppa dei Campioni, ha chiesto e ottenuto dalla Federazione di essere retrocessa in A2, cioè in serie B. Senza contare che i nuotatori e i canottieri più forti sono costretti ad emigrare nelle accoglienti braccia delle Forze Armate come i malati che risalgono lo stivale per farsi operare. Non stiamo divagando, questa è la rotta per tornare al dolore che può diventare progetto. Ora si ricorda - anche questo giornale lo ha fatto - il favoloso ballo dei re a Palazzo Serra di Cassano, ma in quella occasione il vero vincitore fu il mare del Golfo. I grandi timonieri lo hanno sempre riconosciuto e Paul Cayard più di ogni altro: «Questo è lo stadio del vento, qui la vela può diventare una grande industria». Parole profetiche che ora tornano drammaticamente di attualità. «Non riuscirò a farmene una ragione, senza Carlo tutto sarà più difficile. Soprattutto per me: quanto sarò in grado di resistere? Spero il tempo giusto per vedere degnamente onorata la figura di Carlo Rolandi, starista di classe mondiale, ma anche grande mecenate della vela mondiale».



Il Roma

C. C. NAPOLI

Sibilio: «Finalmente gioco in serie A»

SNAPOLI. Continua la composizione della rosa della Cesport Italia con l'innesto di un giovane di prestigio dalla Canottieri Napoli: il Presidente Esposito per la prossima stagione si è assicurato le prestazioni dell'attaccante 2001 Luca Sibilio (nella foto). Cresciuto nel circolo del Molosiglio, Luca è stato protagonista in giallorosso della vittoria dello scudetto under 17A nel 2017, e di quello under 20 l'anno successivo; ha indossato la calottina dell'Ischia in due stagioni, festeggiando con gli ischitani la promozione in serie B nel 2019. Per Sibilio è la prima opportunità di dimostrare il suo valore con una squadra di serie A, da qui la voglia di sposare il progetto della Cesport, che ha puntato su di lui per dare freschezza e talento al reparto offensivo. Queste le sue prime parole in gialloblù: «Ringrazio Luca Gagliotta ed il Presidente Esposito per la chiamata inaspettata a cui non ho potuto che rispondere in maniera positiva; finalmente gioco con una squadra di serie A che è sempre stato il mio sogno, c'è tanta emozione ma altrettanta voglia di far bene. L'obiettivo sarà sicuramente la salvezza ma credo che possiamo toglierci tante soddisfazioni nonostante le tante insidie che ci aspettano». Nuovo rinforzo regalato dal Presidente Esposito a mister Calvino in attesa di comunicare i prossimi colpi di mercato che andranno a completare la Cesport della prossima stagione. In sostanza, la Cesport cerca di rinforzarsi per disputare un buon campionato. Nei prossimi giorni, potrebbe esserci qualche altro acquisto per aumentare il tasso tecnico della squadra che ha tutta l'intenzione di far bene dopo questa stagione particolare terminata con tre mesi di anticipo per via del Covid. IL prossimo anno la società napoletana ha tutta la voglia di ben figurare e prendersi delle belle soddisfazioni.



«Ho riscoperto il fascino della pallanuoto a mare»

Francesco De Luca

Siracusa è a diecimila chilometri da Tokyo e, anche con un grande sforzo di fantasia, è difficile immaginarla come la città di un' Olimpiade. Invece, i giganti della pallanuoto italiana - i campioni del mondo in carica - l' hanno vissuta così, anche senza dover affrontare sfide per conquistare la medaglia. «Ci siamo allenati nella piscina di Siracusa per otto settimane», racconta Vincenzo Renzuto Iodice, 27 anni, napoletano cresciuto nel Posillipo e poi emigrato prima all' estero (Jug Dubrovnik) e poi al Nord (Pro Recco e dalla prossima stagione Brescia) perché la waterpolo napoletana si è impoverita e i grandi giocatori vanno altrove per vincere e conservare il posto in Nazionale. Renzuto Iodice, com' è l' estate di un' Olimpiade mancata? «Per noi di grande lavoro. Dopo quasi tre mesi di inattività ci siamo ritrovati a Siracusa il 3 giugno, convocati dal ct Campagna per gli allenamenti. Particolarmente faticosi sotto l' aspetto mentale perché non c' era la gara da preparare e la mancanza di un obiettivo pesa, soprattutto pensando che avremmo dovuto partecipare ai Giochi olimpici, la competizione della vita per un atleta». **E Campagna come ha fatto a motivarvi?** «Sandro è stato bravissimo: ci ha detto che il percorso olimpico cominciava da Siracusa e da queste otto settimane di allenamenti che ci avrebbero messo un passo in avanti rispetto alle altre nazionali nella preparazione alle Olimpiadi». Tokyo sarà la sua prima volta ai Giochi. «Sì. Quattro anni fa, alla vigilia di Rio de Janeiro, eravamo in 15 e io fui scartato per fare posto al mancino Nora. Sapevo che con il lavoro il mio momento sarebbe comunque arrivato e infatti un anno fa ho vinto il Mondiale». **Le ultime partite di pallanuoto in Italia si sono giocate a inizio marzo, cinque mesi fa. Quando e come potranno riprendere, considerando i paletti fissati da scienziati e tecnici sui contatti negli sport?** «Le regole della pallanuoto e l' essenza del gioco sono quelle. Bisognerebbe capire effettivamente quanto il cloro presente nell' acqua abbatta i virus. Il presidente della Federazione, Barelli, ci ha spiegato che siamo in attesa di ulteriori pareri degli scienziati.



Il Mattino

C. C. NAPOLI

Le preoccupazioni esistono perché in queste settimane sono ripresi i contagi. Da sportivo, intanto, osservo che il calcio ci ha dimostrato che l'attività sportiva si può riprendere». La Juve ha potuto festeggiare lo scudetto, la Pro Recco - la sua ultima squadra - no perché il campionato di pallanuoto è stato sospeso. «Ma ci ha amareggiato soprattutto non poter vivere l'emozione della fase finale della Champions League organizzata nella piscina di Punta Sant' Anna, il nostro impianto. Sarebbe stata una grande emozione». L' aspetta una nuova esperienza professionale, a Brescia. «Dove troverò un grande tecnico, Bovo, e un gruppo forte, pronto per un' impegnativa sfida come quella di sottrarre lo scudetto alla Pro Recco, che ne ha vinti quattordici di fila. E abbiamo anche ambizioni internazionali». Sembrava che potesse tornare al Posillipo dopo tre anni. «Il circolo è una parte di me, quando sono a Napoli mi alleno nella piscina sociale. Ho avuto colloqui con i dirigenti e l' allenatore Brancaccio, mi hanno illustrato un bel progetto, ma ho scelto il Brescia perché nell' anno che porta alle Olimpiadi mi consentirà di giocare ai massimi livelli nazionali ed europei». Da Siracusa a Napoli, è stata riscoperta la pallanuoto a mare. «La Nazionale ha giocato una partita nelle acque di Siracusa e siamo stati seguiti da tanti appassionati. A Napoli ho assistito al primo giorno del torneo organizzato dal Posillipo e sono rimasto colpito dalla presenza in acqua di molti ragazzi entusiasti, compreso mio fratello Christian che ha 12 anni e gioca nelle giovanili del circolo. La pallanuoto vive una fase complicata a Napoli e questo è un importante segnale: bisogna ripartire dai giovani e crederci». © RIPRODUZIONE RISERVATA.

La Città di Salerno

C. C. NAPOLI

«Arechi, i derby uno stimolo in più»

Pallanuoto A2, i salernitani affronteranno tre team napoletani. La carica di Pasca

Un anno pieno di derby. La Federazione Italiana Nuoto ha definito nei giorni scorsi la composizione dei due gironi di serie A2 maschile, divisi come da prassi in raggruppamento Nord e Sud. La Tgroup Arechi Salerno conosce così i propri avversari con i quali duellerà per la stagione 2020-2021. Tra di loro le tre compagini napoletane che andranno ad animare le sfide interregionale con la società della presidentessa Elena Gallo -, che nelle scorse settimane ha confermato Fabrizio Buonocore e Giuseppe Gregorio -, secondo miglior marcatore della stagione conclusa anzitempo causa Covid, alle spalle del capitano Luca Pasca -, affronterà infatti Canottieri Napoli, Cesport Italia, e Acquachiara, in un "derby" con il nuovo vice allenatore dell' ultimo club, il salernitano Walter Fasano -, secondo di Mauro Occhiello oltre che nuovo tecnico delle giovanili. Oltre alle compagini partenopee, ci saranno anche Anzio Waterpolis e Nuoto Catania, che pure sembravano destinate a sostituire la Sport Management in serie A1, e che invece sono state inserite nel girone Sud di A2. Non sarà l' unica trasferta in terra siciliana per la Tgroup, che dovrà affrontare l' altra catanese dei "Muri Antichi", oltre al Cus Unime di Messina. Completano il girone Civitavecchia, Roma 2007, Roma Vis Nova, e Tuscolano. Con 16 punti in 10 giornate, la società salernitana ha chiuso la sua stagione al quinto posto, proprio alle spalle delle big che lottavano per la promozione in massima serie. La Tgroup ripartirà provando a conquistare un posto nei playoff, solo dopo aver centrato l' obiettivo primario, quello della permanenza in categoria, garantendo un ulteriore anno di crescita e di esperienza a gran parte del gruppo di giovani sui quali la società continua a voler puntare per valorizzare i propri talenti. Così il capitano Luca Pasca, al centro di voci di mercato ma vicino alla riconferma con la società salernitana. «Il nostro mondo è stato tra quelli più colpiti dalla pandemia, società storiche che puntavano all' A1 hanno deciso di non iscriversi, per noi atleti sarà dura ripartire, dopo uno stop così lungo che nessuno aveva mai affrontato prima - ha spiegato Pasca -. Si deve puntare sui giovani del vivaio, dovranno essere loro la forza di tutti i club. È un girone pieno di derby, non mancheranno le emozioni, quest' anno sarà una battaglia, ma penso che scenderemo tutti in vasca con ancora più voglia di prima». (ste.mas.) ©RIPRODUZIONE RISERVATA.



Da oggi si gareggia a Roma parla il tecnico della Pellegrini

«SENZA FEDE IL NUOTO SARÀ DIVERSO»

Giunta: «Arriverà il momento del ritiro e allora ci accorgeremo di quanto è stata importante Da settembre faremo sul serio»

Aveva appena iniziato la sua attività di allenatore, che lo avrebbe portato a guidare il russo Evgeny Korothskyn all' argento olimpico di Londra, Matteo Giunta quando, poco più di 11 anni fa Federica Pellegrini faceva impazzire il Foro italo vincendo due fantastiche medaglie d' oro iridate. Da oggi la Divina scende in acqua sempre lì, al Foro Italo con il compito di far ripartire un nuoto ferito (come tante altre discipline sportive) dal virus. Al suo fianco c' è Matteo Giunta, guida tecnica ormai da sei anni e le medaglie d' oro mondiali nel frattempo sono diventate sei, due delle quali vinte grazie al sodalizio tra il tecnico pesarese e la campionessa veneta. Inizia così l' ultimo anno di carriera (salvo sorprese) di Federica Pellegrini e per Giunta, quello dell' addio della sua atleta, non può che essere un pensiero ricorrente. «La prima volta che ci siamo trovati a parlare di futuro con la possibilità che Federica si fermasse racconta - è stato dopo il trionfo di Budapest 2017 e io le ho detto chiaramente che la scelta, o meglio le scelte, da lì in poi, dovevano essere solo sue e che avrei accettato di buon grado qualsiasi decisione. E' stato bello proseguire assieme, sono arrivati risultati fantastici come l' oro mondiale dello scorso anno. Arriverà il momento del suo stop, è inevitabile. Inizialmente forse non ci faremo caso ma sono certo che, alla prima gara senza di lei, tutti noi, addetti ai lavori e appassionati, «Il Coronavirus ha cambiato tutti i piani, il rinvio dei Giochi è stato un sollievo. Ma se li avessero spostati al 2022 Federica avrebbe mollato» «Da sempre alleno atleti già maturi In futuro vorrei lavorare con giovani restando però in Italia per dare il mio contributo al movimento» ci accorgeremo quanto ci mancherà. E' stata ed è tuttora qualcosa di incredibile per il mondo del nuoto». Un momento, quello dell' addio al nuoto, allontanato in modo rocambolesco da questo balordo 2020. «Il lockdown ha dato modo a molti atleti di allentare i ritmi ma non è stata una vacanza, perché restare chiusi in casa non permette un recupero totale dal punto di vista psicologico. Visto come sono andate le cose non vedevo necessario in questo periodo tornare a spingere sull' acceleratore. Abbiamo lavorato sul 'mantenimento', con allenamenti alternativi, puntando più del solito sul divertimento per fare in modo che in particolare Federica non debba ripartire da zero a settembre quando invece si tornerà ai ritmi normali: prima parte di stagione soft fino a dicembre, ritmi più elevati fino ai Campionati Italiani di marzo e poi volata finale a tutta velocità verso, si spera, l' appuntamento olimpico. Per questo non ci aspettiamo granché dal Settecolli, anche se quando Federica scende in acqua difficilmente si risparmia».



Corriere dello Sport (ed. Campania)

C. C. NAPOLI

Un passo indietro: aprile e il rinvio dei Giochi al 2021. «Sono stati momenti difficili, non lo nego. Da una parte c'era una situazione tutto sommato ideale. Tutto stava procedendo secondo i piani a marzo, sia dal punto di vista fisico che dei riscontri cronometrici e, a meno di sorprese, Federica sarebbe arrivata pronta alla sfida olimpica. Dall'altra c'era una sempre crescente incertezza con notizie sempre più inquietanti: alla fine con il rinvio abbiamo tirato un sospiro di sollievo, anche perché non sapevamo se ci saremmo potuti allenare da lì a poco. Ci siamo parlati e confermo che, nell'ipotesi di rinvio al 2022, Federica avrebbe smesso, mentre mi ha detto subito che, in caso di spostamento di un solo anno, sarebbe andata avanti». Le Olimpiadi da 12 anni non riservano soddisfazioni a Federica, capace di dominare in questo periodo su tutti gli altri fronti. «Gli sport di prestazione vivono dell'evento globale, bene che vada, ogni due anni. L'atleta deve arrivare a quel giorno al meglio, più cresci di età e più sono le variabili che possono condizionare le prestazioni di un giorno: si deve tenere conto sempre più dei problemi fisici e delle avversarie più giovani che escono quasi all'improvviso. Federica ha vinto l'argento olimpico con 1'58" nel 2004, ha vinto l'oro nel 2008 con 1'54"8, a Londra si sarebbe vinto con 1'53", l'anno scorso in finale mondiale quattro atlete hanno nuotato a 1'54". Pensiamo all'evoluzione straordinaria di questa specialità e a lei che era sempre lì. E' vero, nei due giorni delle Olimpiadi le è mancato qualcosa ma non era lontana dal top, mentre le avversarie cambiavano sempre, molte di loro sono state meteore. Stiamo parlando di una carriera, sportivamente parlando, che mi ricorda quella di Alberto Tomba che ha affrontato decine di rivali attraversando anche un paio di generazioni. Questo rende grande Federica e lenisce la delusione di Londra e Rio». **Dopo il ritiro di Federica Pellegrini, cosa farà Matteo Giunta?** «Mi piacerebbe prendere qualche diamante grezzo e modellarlo, farlo crescere, mi sono specializzato finora nella gestione di atleti che avevano già un background, è andata tutto sommato bene ma potrebbe essere il momento di un cambiamento. E mi piacerebbe restare in Italia e continuare a lavorare per migliorare la qualità del nostro movimento». **PROGRAMMA** I migliori nella sessione delle 19 (diretta Raisport) Sessioni del mattino divise tra maschi e femmine, quella serale è mista. Si gareggia a serie, nella sessione serale (dalle 19, diretta Raisport+ HD) entrano in acqua gli atleti con i 16 migliori tempi per ogni gara. Nel dorso, per ragioni di sicurezza, non si utilizzerà lo spoiler che agevola partenza. Mascherina fino all'inizio della procedura di partenza, da indossare nuovamente dopo il riscaldamento o la gara. Misurazione della temperatura all'ingresso. Il piano vasca sarà utilizzato solo dagli atleti

Corriere dello Sport (ed. Campania)

C. C. NAPOLI

che si preparano a disputare la gara. OGGI ore 9.00: 50 dorso M; 400 sl M; 100 rana M; 100 farfalla M; 50 sl M ore 11.30: 50 farfalla F; 400 sl F; 100 rana F; 50 dorso F; 50 sl F; 1.500 F ore 19.00: 50 farfalla F; 50 dorso M; 400 sl F; 400 sl M; 100 rana F; 100 rana M; 50 dorso f; 100 farfalla M; 50 sl F; 50 sl M; 1.500 F DOMANI ore 9.00: 100 farfalla F; 100 dorso F; 400 misti F; 100 sl F; 50 rana F; 800 F ore 11.30: 200 farfalla M; 100 dorso M; 400 misti M; 100 sl M; 50 rana M; 800 M ore 19.00: 100 farfalla F; 200 farfalla M; 100 dorso F; 100 dorso M; 400 misti F; 400 misti M; 100 sl F; 100 sl M; 50 rana F; 50 rana M; 800 F; 800 M 13 agosto ore 9.00: 200 dorso F; 200 farfalla F; 200 rana F; 200 sl F; 200 misti F ore 11.30: 200 dorso M; 50 farfalla M; 200 rana M; 200 sl M; 200 misti M; 1.500 M ore 19.00: 200 dorso M; 200 dorso F; 50 farfalla M; 200 farfalla F; 200 rana M; 200 rana F; 200 sl M; 200 sl F; 200 misti M; 200 misti F; 1.500 M Stelle azzurre olimpiche e paralimpiche insieme in vasca al Foro Italo. Si intensifica la stretta collaborazione tra le due federazioni acquatiche, che già nelle stagioni passate aveva visto gli assi della Finp nuotare i 100 stile libero all'interno del fitto programma del Settecolli. Questa volta, la partecipazione della Nazionale italiana allenata da Riccardo Vernole sarà ancora più massiccia, con 18 atleti che potranno cimentarsi in un massimo di 4 gare ciascuno. E proprio il ct azzurro si dice soddisfatto di questa ulteriore bracciata comune: «La sinergia non si limita soltanto alle gare, come dimostra il fatto che molti dei nostri atleti si allenano con i normodotati. Stefano Raimondi è stato convocato in ritiro da Cesare Butini con la Fin a Livigno, poi c'è Federico Morlacchi che si allena quotidianamente con Nicolò Martinenghi o ancora Carlotta Gilli, che prima del lockdown ha nuotato con Miressi». La crescita del movimento acquatico paralimpico è dimostrata dalla trionfale campagna iridata di Londra dello scorso settembre: per la prima volta nella storia, l'Italia ha primeggiato nel medagliere a un Mondiale di nuoto. Il sogno è di confermarsi l'anno venturo a Tokyo: «Intanto, speriamo di dare un segnale importante in questa cornice splendida».

«ADESSO MI DIVERTO»

GÈ iscritto ai 200 sl, anche se confessa che disputerà 400, 800 e 1500 sl, pur sapendo che molto probabilmente il suo futuro sarà rivolto alle distanze più brevi. Per Gabriele Detti da Livorno, classe 1994, la 57ª edizione del Trofeo Sette Colli Frecciarossa, che si apre oggi a Roma, rappresenta una ripartenza in molti sensi, anche dopo il lavoro svolto al Centro Federale di Ostia, di fatto da nuovo capitano dopo la partenza di Gregorio Paltrinieri. Per lui, confessa, è cambiato poco, ma la notizia ha fatto indubbiamente discutere. Gabriele, come sta? «Al momento bene, grazie. Abbiamo terminato un po' di scarico per arrivare in modo quanto meno dignitoso al Sette Colli. Di più però non saprei dirvi, nel senso che da tanto non gareggiamo ed è difficile capire cosa potrà succedere in acqua. Certo, sarà importante controllare lo stato di forma attuale per capire eventualmente come ripartire da settembre. Sul resto, non so proprio cosa aspettarmi. Spero di riuscire ad andare bene e punterò in primo luogo a divertirmi. Farò 400, 800 e 1500 sl. Il focus è massimo su 400 e 800sl, i 1500sl sono comunque una gara che continuerò a fare, anche in futuro, non so se magari in eventuali Olimpiadi, ma in senso assoluto sì».

Sono passati tre mesi esatti dall'addio di Gregorio Paltrinieri al centro Federale di Ostia, con conseguente cambio di allenatore, da suo zio Stefano Morini a Fabrizio Antonelli, specialista delle acque libere. Sensazioni? «L'addio di Gregorio a Ostia io l'ho preso in modo assolutamente normale. Per me non è cambiato niente. Molti atleti sono arrivati e ripartiti da qui, non possiamo certo star lì a pensare a tutti quelli che se ne vanno. Ognuno prende le proprie decisioni che vengono poi rispettate da tutto il gruppo. Ma, ripeto, non cambia niente. E nemmeno per il fatto di non aver più Greg a confronto, con me, quotidianamente. Intanto, durante periodi di carico l'allenamento era insieme, ma in quelli di scarico no, non ci si incrociava mai perché io preparo altre gare e distanze, giocoforza facevo un lavoro più "veloce" rispetto al suo». E per Stefano Morini? «Era motivato prima, lo è adesso. Si lavora come sempre: dal 2011 sono arrivati e partiti una ventina di atleti, se lui dovesse cambiare atteggiamento ogni volta che si verifica un cambiamento, saremmo qui a cercare chissà cosa, in realtà. Era dispiaciuto, certo, come eravamo dispiaciuti noi. Stop. Niente di più, niente di meno». **A ottobre dovrebbe esserci un altro appuntamento importante, il secondo con la International Swimming League. Forse in Australia, ma altre candidature stanno prendendo corpo, ultimamente. Cosa ne pensa?**

35

NUOTO/TROFEO SETTE COLLI

«ADESSO MI DIVERTO»

**DETTI PUNTA SU 400 E 800
«È CONTINUERÒ CON I 1500
MA NON SO SE ALLE OLIMPIADI»**

«SENZA GREG A OSTIA NON È CAMBIATO NULLA»

SUBITO SHOW CON I 100 RANA

SPIDA TRA LA RIMBA PRODIGIO PILATO, CARRARO E CASTIGLIONI
E CI SONO QUASI TUTTI, LA PELLEGRINI E AL DERUBITO STAGIONALE

TuttoSport

C. C. NAPOLI

«La ISL è sicuramente una manifestazione interessante, non lo nego, anche se a oggi non ne so ancora niente; qualora venissi chiamato in causa, potrebbe essere intrigante partecipare, se fatto però nei dovuti termini e senza intaccare il lavoro di preparazione. Poi ho sentito i partecipanti dello scorso anno e tutti si sono divertiti. Ovviamente la speranza è che si possa tornare a gareggiare e soprattutto a vivere in un mondo normale». Passioni extra-nuoto? E della sua Inter, che dice? «Mi piace rilassarmi, divertirmi, uscire con gli amici, stare al mare, tutte cose che fanno i ragazzi della mia metà, cioè a 26 «ADESSO MI DIVERTO» «SENZA GREG A OSTIA NON È CAMBIATO NULLA» anni. Per i nerazzurri, sì, ho seguito un po' il campionato e questo finale di stagione particolare: forse era meglio pensare ad altro prima di far ripartire il campionato. In ogni caso, non voglio fare il puntiglioso: è finita, ha vinto la Juventus e l'Inter per me ha fatto bene, pur se qualcuno si lamenta. Ma non ero nemmeno così interessato». Come si vede in futuro? «Nel nuoto il più possibile, non mi sono dato una scadenza per continuare a praticare questo sport, finché continuo a divertirmi, voglio gareggiare e basta. Non ho idea di cosa farò da grande, anche se mi piacerebbe restare nel mondo sportivo, quello sì. Ma non so ancora come e in quali termini. E' troppo presto

«La mia storia per gli altri Niente paura, fatevi aiutare»

Dalla confessione dei problemi di bulimia al rientro oggi a Roma «La battaglia per uscire dal tunnel? Ogni giorno è la gara della vita»

È il tempo della ripartenza per il nuoto azzurro: in particolare per Ilaria Cusinato. Dalle confessioni alle prestazioni in acqua al Settecolli: la polivalente veneta ha scelto i 400 sl anziché i misti come diversivo alle sue gare (le altre saranno i 200 farfalla e misti) e sul blocco fatalmente si porterà da oggi un peso in meno. Ilaria uscita dalla bolla della bulimia e dei cambiamenti, si sente liberata, ritrovata. E spiega perché. **Ilaria, parlarne prima delle gare l'ha aiutata per rilanciarsi?** «Ho deciso di parlarne perché ormai la bulimia, i vomiti e il malessere sono alle spalle: è stata una presa di coscienza anche per chi magari sta passando adesso un brutto periodo. Nello sport ci sono tantissime persone che soffrono il mio stesso disturbo alimentare». **Ora si accetta così?** «Mi sento molto meglio, ci sto lavorando più che bene e ora non odio più il mio corpo come negli anni scorsi, mi fa stare bene meglio con me stessa non dover affrontare quel problema durante le mie giornate, nella quotidianità. Se adesso qualcuno mi fa commenti sul fisico in senso negativo, "oh sei ingrassata, oh hai preso qualche chilo", a me fa ancora andare nel pallone, mi dà fastidio. Su questo aspetto devo ancora lavorarci un po'». **Ma perché quando stava a Ostia non si è aperta con lo psicologo Paolo Benini? Come riusciva a fingere con tutti?** «Ne parlai alla fine, quando ormai avevo deciso di andare via nella primavera 2019: vivevo in simbiosi con la bulimia». **Il 2018 è stato il suo anno tecnicamente migliore con gli argenti europei ma personalmente peggiore. Non è strano?** «Già, l'anno in cui ho avuto più cadute: ero in un equilibrio perfetto, ma alla lunga ne ho pagato le conseguenze. Mi ricordo che l'ultimo giorno di maggio del 2019 prima di tornare a casa a Cittadella avevo avuto la mononucleosi senza saperlo, poi il citomegalovirus. Crollai».



La Gazzetta dello Sport

C. C. NAPOLI

Anziché partire per il collegiale d'altura negli Usa scappò a casa, telefonò al tecnico Morini per comunicargli che a Ostia non sarebbe più tornata. «A Ostia quasi tutti i miei compagni sapevano, non eravamo tanti. Uno di loro decise di chiamare mia sorella, di sua iniziativa: si era preoccupato. Con il Moro mi sono sempre trovata bene, con lui sarei rimasta sempre, se non fosse stato per l'ambiente. Non era questione di metodo di lavoro, anzi i suoi più grandi risultati li ho ottenuti con lui. Però io non ho mai avuto il coraggio di dirlo, non sentivo la necessità di doverlo andare a dire, perché ormai vivevo in questa mia "normalità" e mi ero adeguata. Ma quando poi me ne sono resa conta era troppo tardi. Ormai ero arrivata al limite». I suoi pianti alle Universiadi di Napoli e le delusioni ai Mondiali 2019 la portarono alla scelta di scappare all'estero e farsi allenare dall'ex tecnico e marito di Katinka Hosszu, l'americano Shane Tusup. Per una che stava male... «Ai Mondiali ero distrutta, non ne avevo più. Andare da un tecnico straniero era stata una scelta motivata perché volevo trovare qualcuno che si dedicasse a me al 100% per i miei obiettivi. Si era trasformato in qualcosa di più di un obiettivo comune, era diventata come un'ossessione, non è più un obiettivo da raggiungere e divertirsi a farlo. A Shane avevo detto che ho bisogno di spaziare, studiare molto. Ho tanti interessi e se mi imponi di fare il nuoto anche al di fuori, divento pazza. Le nostre visioni erano perpendicolari e non parallele. Come se lui avesse voluto prendere una medaglia olimpica più di me: non è così che funziona, non voglio pressioni e la passione non può superare quella dell'atleta. Diventa ambizione personale, non ne ricavi altro». **Mentalmente ha retto e trovato un allenatore tranquillo rientrando a Padova come Moreno Daga. Ora come va?** «La testa mi aiuta sempre di più, perché anche se il fisico cede, sono una che vuole insistere fino alla fine se deve raggiungere qualcosa e soprattutto lo deve fare da sola. Sono una che non vuole l'aiuto di nessuno, non sente ragioni: alla fine ne sono uscita da sola, non con lo psicologo. Con Moreno sono più che contenta: è difficile trovare qualcuno che tenga più alla persona che ai risultati. Un maestro di vita». **La famiglia come si è posta?** «Da quando sono con Moreno i miei genitori mi vedono felice e serena, vedono che sto lavorando con fiducia e sono tranquilla. Ora loro della mia situazione sono contenti». **Ha mai pensato di mollare tutto, di ritirarsi?** «Alla fine dello scorso anno no, perché mi sono ripresa, ma questa era l'ultima opzione che mi

La Gazzetta dello Sport

C. C. NAPOLI

era rimasta. Non voglio mai dimostrarmi debole». **E dunque si può parlare di definitiva uscita dal tunnel ora che incombono le gare?** «La prima gara è ogni giorno, entrare in acqua e dare il massimo lì. Poi per le Olimpiadi pian piano ci penseremo». **Un' esperienza che segna?** «Non sono cambiata: crescendo, le esigenze cambiano. A volte a Padova esco meno la sera per risparmiare energie, mi godo le vacanze e devo ringraziare il mio ragazzo David che mi ha svegliata...». **Messaggio finale?** «Non fate il mio errore: io sono super testarda e non voglio aiuto, ma bisogna comunicare subito il malessere, si rischiano brutte conseguenze. Bisogna rivolgersi sempre a persone fidate, i genitori soprattutto, e non farli preoccupare come ho fatto io. A me ha dato tanta coscienza e consapevolezza. Il nuoto può aiutare: sin da piccoli veniamo catapultati in un mondo "da grandi", devi saperti fare una corazza già da quando hai 15-16 anni. Ti fa crescere molto». **E quando si guarda allo specchio, adesso si accetta?** «Avrò sempre questo amore e odio col mio fisico: non è una cosa che passerà, ma bisogna convivere, come tutti bisogna affrontare le proprie paure». TEMPO DI LETTURA 5'45"

Sette Colli, al Foro Italico l'acqua più azzurra dell'anno

NUOTO ROMA Il Grande Nuoto torna a casa, nella piscina del Foro Italico che chi se ne intende (la Pellegrini e Phelps per non citare che i migliori) hanno sempre definito «la più bella del mondo». In questi strampalati calendari vittime del coronavirus, il Sette Colli, il meeting più antico, viene con il Solleone, vale il titolo italiano, è il più grande evento dell'acqua della stagione. Tre giorni, da oggi, nell'orario più fresco della sera (alle 19 le serie dei migliori), senza pubblico ma con la diretta tv. **GEMELLI CONTRO** Per la prima volta si affrontano sugli 800 metri Greg & Gabri. Paltrinieri ha cambiato vita e metodi: ha lasciato la tana del Moro, cioè la fabbrica di campioni di Ostia, e, inseguendo nuovi stimoli e nuovi sogni (triple olimpico) è appena sceso dalla montagna, una novità per lui la discesa last minute. Gabriele Detti, l'amico e rivale di sempre, si è preparato con i soliti sperimentati canonici. Gli 800 domani saranno l'incrocio: Gabri pensa anche a 400 e 200, Greg anche ai 1500 ed al fondo che lo aspetta, finito qui, a Piombino. **LEI E LE ALTRE** Federica Pellegrini guarda oltre, laggiù, la sua quinta Olimpiade: l'hanno rinviata e le tocca un altro anno di bracciate e corsie. Ha appena compiuto 32 anni, pensava già a un'altra vita. Ha rinchiuso tutto in un personale lockdown: il resto verrà dopo. Il Sette Colli le aggiungerà poco, le dirà come sta, punto e basta. Ma è la sua piscina. Come lei altre ragazze strizzano gli occhi oltre l'orizzonte di questa stagione stregata: Simona Quadarella, mondiale in carica, Margherita Panziera, giovani felici e, dicono, innamorate, il che è sempre un buon carburante. Tra queste ragazze-modello è da attendere con simpatia anche Ilaria Cusinato, che ha appena raccontato la sua lotta contro la bulimia e il disordine alimentare, che è comune a molte giovani della sua età: il suo coming out può essere d'aiuto a chissà quante. **NEXT GENERATION** Benedetta Pilato, classe 2005, che nel segreto del lockdown ha allungato la gittata fino ai 100 metri con tempi che mettono l'ansia alle prime due, guida la next generation del nuoto, che ha appena proposto un ragazzino romano del 2006, Lorenzo Galossi, fresco di un po' di record di categoria. Ancora i tempi non lo mettono sui blocchi dei grandi, ma, dicono, è tipo da seguire: farà i 400 nelle serie più lente del mattino. Piero Mei © RIPRODUZIONE RISERVATA.



Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

GREGORIO PALTRINIERI Il fuoriclasse del nuoto proverà a inseguire tre ori a Tokyo «Lallenatore nuovo? » stato giusto cambiare. Lo slittamento dei Giochi può favorirmi»

'Mare, piscina, orecchino sono tornato a divertirmi^a

Giulia Zonca Più chilometri, decisamente più mare aperto, un orecchino che prima non c'era e 'il cento per cento del divertimento ritrovato». Il nuovo Gregorio Paltrinieri si tuffa nel Sette colli di Roma carico di un entusiasmo che la routine aveva appannato e che ora torna a galla. **Come procede la rivoluzione?** 'Bene, ho finalmente iniziato ad allenarmi in mare, a Piombino, prima non lo avevo mai fatto e mi ci ritrovavo solo in competizione. Vissuto così È in pratica un altro sport. Con Fabri, Fabrizio Antonelli, il tecnico che mi segue ora c'È una bella sintonia. Mi stimola. Io sono molto curioso, ho voglia di parlare e di sapere e prima, a Ostia, non mi sentivo più a mio agio. Facevo fatica a condividere certe idee». **Quanto È stato difficile dire ciao a Morini che l'ha portata all'oro olimpico?** 'Parechio difficile, perÚ si tratta di lavoro ed era necessario. Ero straconvinto che fosse ora di muoversi». **Scelta capita da chi l'ha cresciuta?** 'Non lo so e a questo punto poco ci faccio. Per me È stato logico, come in una relazione: quando due persone non stanno bene insieme si devono lasciare. Non rinnego nulla perÚ non aveva senso insistere» Ha detto 'non mi diverto pi^a. E adesso? 'Al cento per cento e questo È l'unico fatto sicuro. Testeremo in acqua tutto il resto ma sul divertimento ritrovato non ci sono dubbi». **Ha salutato pure Detti, compagno di corsia per 9 anni, le manca?** 'Non ci vediamo più tutti i giorni, ma seguivamo lavori molto diversi. So che lo ritroverÚ sempre tra gli avversari piú temibili ed È bello così». **Pensa che il rinvio delle Olimpiadi sia stato un bene per lei?** 'Le avrei volute fare, me lo avesse chiesto a dicembre avrei detto "non voglio aspettare un anno" ma quando la pandemia ha bloccato il mondo mi È diventato tutto piú chiaro.



Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

Ora penso che questo posticipo potrebbe essere vantaggioso per me». A Ostia, con lei, si È allenata anche Ilaria Cusinato che ha rivelato di aver lottato contro disturbi alimentari nati in quel periodo. 'Non mi va di parlare di questioni private altrui. » stata brava a dirlo perché sono sicuro che grazie a lei altre persone con lo stesso problema si sentiranno meno sole». **L' ha chiamata?** GREGORIO PALTRINIERI OLIMPIONICO DEI 1.500 METRI TRE ORI MONDIALI LAPRESSE 'Sicuro, certe cose le abbiamo vissute insieme e abbiamo passato ore a raccontarci». **Phelps ha avvertito i nuotatori che questo anno di stop puÓ degenerare in depressione. Il nuoto puÓ essere così alienante?** 'Lo sport in genere puÓ esserlo. Dopo il Settecolli voglio vedere il documentario di Phelps, "The Weight of Gold", appena uscito negli Usa. Racconta che dopo gli otto ori a Pechino ha sentito solo l' obbligo di ricominciare, ripartite da capo. Era vuoto». **Lei si È sentito vuoto dopo il successo di Rio?** 'Mi sono sentito strano, l' ho raccontato nel libro "Il peso dell' acqua". Succede, per questo È fondamentale non lasciarsi sommergere dalle abitudini che l' allenamento richiede». **Per lei che viaggia di continuo quanto È stato difficile stare fermo?** 'In questi mesi certo ho esplorato meno. Niente mostre d' arte di recente. Mi rifarÚ, aspetto che si riparta per davvero» **Le piace vivere a Roma?** 'Devo ancora trovarmi una casa, siamo stati prima in Toscana poi in altura a Livigno, anzi sopra, per dormire piú in alto: a 2.200 metri. E siamo appena scesi, altro metodo rispetto a prima. Vediamo che sensazioni proverÚ in questi giorni in piscina». **Continua a piacerle o il mare ha preso il sopravvento?** 'No, non ho alcuna intenzione di lasciarla. I 1.500 e gli 800 metri mi affascinano sempre moltissimo». **Vuole davvero tre ori ai prossimi Giochi?** 'Voglio arrivare pronto in tutte e tre le distanze, in vasca e nei 10 km in acque libere. Dire tre ori non vuol dire nulla perché È difficilissimo e io lo so bene, conosco la concorrenza ma l' ambizione È arrivare lì nella condizione giusta per poterci provare sul serio».

Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

La sua Juve ha cambiato allenatore. Come vede Pirlo? 'Pure la Juve probabilmente doveva cambiare, non mi aspettavo che fosse tutto così immediato perché la svolta È importante, di quelle che intrigano e di quelle che piacciono a me. Pirlo non ha mai allenato ma ci si può fidare di lui». **Quindi esiste una lingua dei campioni?** 'Io tendo ad ascoltare chi ha vissuto le mie stesse esperienze, agli stessi livelli. Essere allenato da Zidane o da Pirlo, mi piacerebbe. In campo hanno fatto meraviglie, hanno per forza qualcosa da insegnare». **Trovi il suo Pirlo. Da quale campione vorrebbe farsi allenare nella terza carriera?** 'Non ne ho idea». **Thorpe, per esempio?** 'Ecco, con lui ci ho parlato quando ero in Australia. Chi ha vinto tanto sa trasmetterti un sapere che non È scontato. Non sono solo parole, È intesa, condivisione». **Anche l' orecchino È parte della rivoluzione?** 'No, non so. Era una vita che ci pensavo e mi dicevo "dopo Tokyo lo faccio", senza Giochi ho deciso che era il momento ed È coinciso con la nuova vita». Manca solo il matrimonio. 'Piano, perché? Non È in programma a breve».