



C. C. NAPOLI
domenica, 20 dicembre 2020

C. C. NAPOLI
domenica, 20 dicembre 2020

C. C. NAPOLI

20/12/2020	La Gazzetta dello Sport Pagina 41	<i>inviato a riccione</i>	3
<hr/>			
20/12/2020	TuttoSport Pagina 38	<i>GIANMARIO BONZI</i>	6
<hr/>			
20/12/2020	Giornale di Brescia Pagina 60		8
<hr/>			
20/12/2020	Il Secolo XIX Pagina 53	<i>(P. PROV.)(R. D. N.)</i>	9
<hr/>			
20/12/2020	Il Secolo XIX Pagina 53	<i>(P. PROV.)(R. D. N.)</i>	10
<hr/>			

Parola di coach

La mia Benny «in dieci anni da baby a regina in acqua e fuori una primadonna»

Vito D'Onghia e il fenomeno Pilato: «Con lei devi creare le sfide, gli allenamenti tranquilli non le piacciono. Sa arrivare prima in tutto. I Giochi? Basta pure dare un cinque a LeBron»

inviato a riccione

Una nuotatrice quasi per caso. Un allenatore per hobby. Serve tutto l'ingegno italiano per un destino di gloria proiettato sui Giochi di Tokyo. Per creare un fenomeno. Il fenomeno Pilato è stato costruito da Vito D'Onghia: 15 anni lei, 36 lui. Lui lavora all'Asl di Taranto e solo di pomeriggio fa l'allenatore. Dopo il pass olimpico dell'allieva nei 100 rana e una stagione condita da 8 record italiani e uno europeo, si è emozionato così: «La vita mi ha regalato la gioia più grande dopo la famiglia e i figli. Sono orgogliosissimo». Che merito ha l'allenatore in questo traguardo? «Ci abbiamo messo passione, ci siamo divertiti. Da 10 anni ci divertiamo. È il segreto di questa ricetta. Il rinvio olimpico ci ha aiutato, ci ha fatto riflettere e lei nel lockdown si è allenata benissimo, s'è tolta ogni pressione». **È questo il momento di svolta?** «A Budapest tra i grandi l'ho vista "cazzuta" e da "cazzuta" è arrivata ai Giochi». **Come nasce questo sodalizio?** «Con Benny abbiamo iniziato insieme: io ero allenatore del gruppo propaganda, anno dopo anno siamo cresciuti insieme. Da piccola era brava, spigliata, aveva un ottimo galleggiamento, ma se mi avessero detto che a 14 anni sarebbe salita sul podio mondiale, non ci avrei creduto. Quando la presi non sapeva fare la rana, è cambiata negli esordienti B: è stata campionessa regionale a delfino, ha provato i misti. Nel secondo anno abbiamo lavorato tanto sul ritmo braccia-gambe e le è venuta fuori una rana pazzesca, a 10 anni faceva 37"1 nei 50, ha avuto un percorso interno incredibile». **Com'è gestire una quindicenne?** «Se vogliamo è stato difficile, ma relativamente. Non voglio nemmeno fare il ragazzo del Sud che recrimina sulle strutture che non ci sono. Se ce l'abbiamo fatta significa che il Sud ce la può fare. Taranto ce la può fare a preparare una ragazza per Tokyo. Dobbiamo dare un segnale a Taranto. Taranto



La Gazzetta dello Sport

C. C. NAPOLI

non è solo l' Ilva. E poi dobbiamo puntare ai Giochi del Mediterraneo 2022 in casa». Intanto fate avanti e indietro con Bari per la piscina da 50 metri. «Non voglio recriminare. Andare il mercoledì e il sabato a Bari al Cus non ci pesa, ci facciamo una bella trasferta in macchina, chiacchieriamo. Ma col distanziamento. Abbiamo una pandemia a Taranto con bambini che muoiono: è successo 20 giorni fa con un ragazzino di nome Vincenzo come mio figlio, aveva 11 anni. Fino a quando non abbiamo fatto il tampone, io Benedetta in macchina non l' ho portata. Per salvaguardarci. Lo Stato con l' Ilva ha sempre preferito il lavoro alla salute. Quindi se si fanno delle scelte per la salute, bisogna coglierle. Perché non sono scontate». **Cosa ha di speciale Benny?** «Dal punto di vista tecnico ha una nuotata diversa, particolare per la posizione del mento in avanti: si appoggia sull' acqua e questo le dà modo di rimanere sempre a galla. E ha una gambata molto veloce, spinge tanto e va in progressione sempre. Abbiamo sperimentato i tempi giusti per le bracciate, che sono più profonde che ampie. Non voglio paragonarla a Peaty perché è un mostro sacro, però è quella che al femminile si avvicina un po' di più al britannico. Lei è una velocista pura, una cinquantista. Ci siamo allungati ai 100 e speriamo non ci chiedano i 200...altrimenti non ne usciamo più». **E come ragazza?** «Caratterialmente è un numero primo... Nel senso che quando andiamo in un hotel è la prima che trova il wifi. Le funzioni di Instagram? Ci arriva lei per prima. Ha una marcia in più. È oggettivo. Catapultata nella vita da professionista, la sua giornata è molto intasata: deve pensare al compito in classe, poi c' è il nuoto». **A Tokyo fin dove può arrivare?** «Adesso ci godiamo il momento, sarà lunga da qui ad agosto, chiedere una medaglia è caricarla troppo. Lei ancora non ha la consapevolezza di cosa siano le Olimpiadi. Deve arrivare lì leggera, serena, vivere i Giochi. Se va lì e prende la medaglia ok, ma anche solo stare lì e dare un "cinque" a LeBron James a 16 anni, penso sia già qualcosa di incredibile. Poi tutto quello che verrà lo accoglieremo». **Se nuota, lo deve all' ostinazione del coach?** «Il papà non voleva che facesse le gare. Arrivammo all' ultimo giorno del tesseramento e chiamai la madre: senti, io ho già tutto compilato, sto passando con lo scooter a prenderla, il cartellino è

La Gazzetta dello Sport

C. C. NAPOLI

pronto, non devi fare nient' altro che firmare. Se no, avrei fatto la firma falsa! (risata)». **Quali sono i metodi per farla andare così veloce?** «C' è un progetto, un percorso che stiamo realizzando con l' Aniene che ci fa stare tranquilli in Puglia. Quando hai un talento del genere, devi assecondarlo e stimolarlo. Invento storie, come per esempio: ah, quello lì ha detto che ti batte. Bugie. Lei si accanisce per batterlo, è molto competitiva. Devi creare le sfide, gli allenamenti tranquilli non le piacciono. A lei piace andare forte, ma non era facile portarla dai 50 ai 100 metri perché si scompondeva nel finale di gara. I 100 erano il suo pallino...Per noi è stata una modifica quotidiana». **Com' è Benny lontano dai riflettori?** «È dinamica, anche troppo, ha bisogno del gruppo. Vuol essere sempre protagonista, al centro dell' attenzione. Si galvanizza, è eccentrica, una primadonna, e ha una grinta... Con lei si parla di tutto: è più avanti rispetto alle coetanee, fa discorsi di maturità elevata. Si è schierata contro l' inquinamento dell' Ilva. Ha solo 15 anni...». TEMPO DI LETTURA 4'25"

CECCON DA GODOT A REALTÀ

GIANMARIO BONZI

Se Benedetta Pilato è la grande star degli Assoluti 2020, anche perché vincitrice della gara più attesa, sui 100 rana donne, l'astro nascente risponde al nome di Thomas Ceccon. Atteso, coccolato, anche bacchettato, a volte, in passato, per taluni atteggiamenti, ma oggi finalmente esploso in tutto il suo talento e centrato, dentro e fuori dall'acqua. Certo, la terza e ultima giornata degli Assoluti open ha evidenziato anche uno stato di forma non ideale per quasi tutti gli altri nuotatori azzurri (com'è normale che sia) e nessun pass olimpico si è aggiunto ai due conquistati dai citati Ceccon (100 dorso) e Pilato (100 rana), giovedì. A proposito. I 50 farfalla non sono specialità a cinque cerchi, ma lo spettacolo è garantito quando in acqua c'è un Thomas Ceccon al top della forma fisica e psicologica, in tre stili. Il gigante veneto vola in 23"22, primato personale (precedente 23"29), a un centesimo dal record italiano di 23"21 siglato nel 2013 a Barcellona da Piero Codia. «E' un ottimo periodo per me: quest'anno ho preso la maturità e pochi giorni fa la patente. Diciamo che sto mettendo tutto in ordine, anche per preparare al meglio le Olimpiadi». Cala il tris personale, dimostrando una condizione fisica notevole, Nicolò Martinenghi che dopo aver stravinto 100 e 50 (con record italiano, 26"56), fa suoi anche i 200 rana, distanza che non nuotava da quasi quattro anni e che comincia mentalmente a sentire più sua. Il 21enne di Azzate conclude in 2'10"19, distruggendo il limite personale (precedente 2'11"53) e salendo al quinto posto tra i performer italiani di sempre. «Non mi aspettavo un tempo così, ma stavo molto bene in acqua. Voglio continuare su questa strada, senza distrarmi. Il bilancio finale è assolutamente positivo. Dopo i 100, le risposte immediate nei 50 e 200 sono importanti, fisicamente e mentalmente. Ad Adam Peaty, che ha due secondi in meno, penseremo più avanti». Prima del calar del sipario ecco i 1500 sl dominati da Gregorio Paltrinieri. Il campione olimpico nuota facile in 14'45"02, crono che sarebbe sufficiente per i Giochi (14'45"0 richiesto), ma Greg ha già da tempo in tasca il biglietto per Tokyo. Nei 50 sl Silvia Di Pietro vince (25"22), ma lontana dal tempo limite (24"3), con Federica Pellegrini terza a parimerito. Titolo italiano nei 200 dorso per un redivivo Christopher Ciccarese, podio giovanissimo e romano nella prova femminile, complice l'assenza della regina d'Europa a Glasgow 2018 e primatista italiana (2'05"72), Margherita Panziera: vince Giulia Ramatelli in 2'13"07 su Martina Cenci e Giulia D'Innocenzo. Ma i tempi sono alti. Nei 200 rana al femminile, infine, vittoria di carattere e orgoglio per Martina Carraro, che tocca con la seconda prestazione personale di sempre in 2'25"74, sette centesimi in più rispetto al 2'25"67 siglato al Sette Colli ad agosto. «Non sono mai stata così bene in questo periodo dell'anno. Quindi se andiamo a leggere gli annali resto al top. Saluto Fabio (il fidanzato e raniista Scozzoli, ndr), che non è potuto venire per diversi infortuni, non gravi, e facilmente superabili».



TuttoSport

C. C. NAPOLI

Sipario.

Azzurre a Trieste per strappare il pass olimpico

La Nazionale Ad Atene 2004 la consacrazione fino a trasformarsi in macchina da medaglie

BRESCIA. Come tanti altri sport, anche la pallanuoto ha dovuto sconfiggere pregiudizi e luoghi comuni per imporsi anche a livello femminile; oggi per fortuna non se ne discute nemmeno più, a maggior ragione da quando questa disciplina si è rivelata una macchina di medaglie per la nostra nazionale. Il boom nell'era del ct Pierluigi Formiconi, capace di vincere ben quattro Europei (1995-97-99-2003), i Mondiali del 1998 edel 2001 e soprattutto l'oro ad Atene 2004 che impose definitivamente questo sport all'attenzione nazionale dei media e di quanti ancora non lo conoscevano. L'Italia è poi tornata a conquistare il primo posto agli Europei 2012 con Fabio Conti in panchina e col nuovo responsabile tecnico Paolo Zizza si accinge ad affrontare il torneo preolimpico di Trieste (dal 17 al 24 gennaio 2021) che metterà in palio due posti per i Giochi. Dai tempi eroici di Giusi Malato e Tania Di Mario a oggi, le pallanotiste italiane sono diventate personaggi cercati anche dagli sponsor. Fra le campionesse attuali fra le più note c'è senza dubbio Elisa Quiero lo, capitana azzurra ai Giochi del 2016, dove cogliemmo la medaglia d'argento, capace di vincere 6 scudetti con 3 club diversi (a Recco, Rapallo e 4 a Padova), ragazza decisamente molto generosa anche fuori dalla piscina. Tre anni fa giusto per fare un esempio di come sia questa ragazza, con le compagne di squadra Rosaria Aiello e Aleksandra Cotti, non esitò a gettarsi al largo nel mare di Imperia per salvare quattro turisti in difficoltà. Il primo scudetto in Italia fu assegnato nel 1985 al Volturmo, il club che ne ha vinti di più è l'Orizzonte Catania con 20. Intanto, fra le difficoltà dei tempi, è partito il torneo 2020-21, con solamente otto squadre al via (dopo le rinunce di Milano e Rapallo) divise in due gironi a base territoriale per evitare trasferte lunghe e di conseguenza troppi rischi: da una parte Padova, Trieste, Bogliasco, eVerona, dall'altra Orizzonte Catania. Ancona, Sis Roma e Floren.

The collage features several newspaper articles and photos. At the top, a green banner reads 'LA STORIA DELLA DOMENICA' with the sub-header 'An Brescia femminile pallanuoto'. Below this, a large headline reads 'QUATTRO GARE IN UN ANNO E MEZZO OGGI UN SOLO DESIDERIO: GIOCARE'. To the right of the headline is a group photo of the national team. Below the headline, there are two smaller photos: one of a swimmer in action and another of a swimmer in a pool. To the left of these photos is a short article titled 'Prima le difficoltà, poi le gioie partita dopo partita Le ragazze di Calderara sono pronte per la serie A2'. Below the main headline, there is another article titled 'Azzurre a Trieste per strappare il pass olimpico' with a sub-header 'La Nazionale'. To the right of this article is a photo of the team from the Athens 2004 Olympics, with the text 'ATHENS 2004' above it. The clippings contain various snippets of text, including names of athletes and coaches, and dates.



Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

Nuoto/ Assoluti

Carraro, 200 rana d' oro Paltrinieri, 1500 super

In archivio i Campionati Assoluti di nuoto a Riccione. Nella giornata conclusiva titolo italiano di Martina Carraro nei 200, dopo i secondi posti nei 50 e 100 rana: distanza meno congeniale, ma crescita e 2'25"74. Alberto Razzetti sfiora il record italiano nei 200 misti e il limite per Tokyo: 1'58"22, poi squalificato dubbia, per doppia gambata a delfino in uscita dalla virata a rana. Fantastico 1500 stile libero di Gregorio Paltrinieri, in 14'45"02. -- (P. Prov.)

(P. PROV.)(R. D. N.)

Riecco Goggia libera di testa «Condizione per me ideale»

Nadal ha scelto Singer Sarà il compagno di boia

Diverso stile in Val Gardena

Paltrinieri è ancora capitano



Il Secolo XIX

C. C. NAPOLI

Pallanuoto/ Il recupero

Savona batte Florentia è in vetta col Posillipo

Vittoria pesante del Savona che con il 14-9 in trasferta sulla Florentia nel recupero della 2ª giornata di A1 ha agganciato in vetta al girone D il Posillipo a quota 9 punti. La squadra di Angelini, dopo due tempi terminati in parità (3-3), ha scavato il solco nella terza frazione grazie al parziale di 3-0 che i padroni di casa non sono più riusciti a colmare. Poker di Campopiano. Jason Valenza, classe 2005, per tre tempi e mezzo di gara ha sostituito il portiere titolare Massaro. -- (R. D. N.)

(P. PROV.)(R. D. N.)

Riecco Goggia libera di testa «Condizione per me ideale»

Nadal ha scelto Sinner Sarà il compagno di ballo

Diverse novità in Sal Garmine

Pellegrino è ancora capitano

