

Nuoto Sardegna: gratificanti riscontri dai Campionati Italiani di categoria

Data: Invalid Date | Autore: Giampaolo Puggioni



CAGLIARI, 16 AGOSTO 2021- C'è davvero da stare allegri, anche a mente fredda. La spedizione sarda ai Campionati Italiani di Roma (svolti dal 4 all'11 agosto 2021 allo Stadio del Nuoto) è riuscita a sbalordire per i quattro ori e i tre bronzi conquistati. E non solo, perché da applausi sono anche gli altri piazzamenti e record che i nuotatori isolani hanno fatto registrare con tanta caparbietà.

Magnifici i due metalli pregiatissimi che **Fabio Daludell'Esperia** Cagliari mostra a parenti e amici: 800 e 1500 stile libero maschile senior non sembrano più avere segreti per lui. E ci sono ancora tantissimi margini di miglioramento, visto che è nato nel 2000. Tra l'altro ha stabilito il nuovo record sardo assoluto nei 400 stile libero, piazzandosi al quinto posto assoluto.

Anche la ranista cagliaritano **Francesca Zucca**, classe 2005, sua compagna di società, emoziona e commuove per la sua straordinaria performance nei 100 femminili juniores che le vale il gradino più alto del podio; ma si fa valere pure nei 200 dove guadagna ampi spazi per meritarsi il bronzo. Medaglia di legno invece nei 100 metri, a testimonianza di quanto fosse particolarmente motivata nell'attraversare il mar Tirreno. Inutile rimarcare quanto tali imprese abbiano lasciato il segno nei loro tecnici Marco Cara e Mauro Coni.

Sanno di profumo esperino anche i traguardi raggiunti da **Samuele Congiadell'Antares** Cagliari visto che a causa della chiusura della sua palestra, il velocista di Serrenti nato nel 2003 si è allenato nell'impianto di via Emanuele Pessagno. Per lui una prestazione sui 50 stile libero juniores che va

rivista continuamente per cogliere sempre più particolari nella sua condotta straordinaria. Una pietra miliare rappresenta anche il primo bronzo in carriera sui cento metri, segno che l'atleta allenato da Alessandra Porcu e Paolo Giacobbe coltiva ulteriori aspirazioni.

Non c'è solo il sud Sardegna a dare sussulti poderosi al medagliere, perché **Anna Contida** Porto Torres fa ciondolare sul petto una bellissima medaglia di bronzo colta nei 400 misti cadette. Per la classe 2003, tesserata della Sport Full Time Sassari e seguita da Ilario Ierace è un podio tonificante per proseguire ottimisticamente con la preparazione dei prossimi eventi.

Risultati di questo calibro inorgoliscono i vertici della FIN Sardegna che sta già progettando nuove opportunità per i tesserati affinché il confronto con i pari ruolo della Penisola possa essere costante nel raggiungimento di competitività elevate.

“Ringrazio di cuore i nostri medagliati per le belle sensazioni regalateci – afferma il presidente del Comitato sardo **Danilo Russu**– e ciò significa che si sta lavorando molto bene. Nonostante le complessità logistiche causate dalla pandemia, negli ultimi due anni i nostri corregionali hanno realizzato cose sensazionali da custodire gelosamente negli annali. Oltre agli ultimissimi podi, penso alle partecipazioni ai Campionati Europei giovanili di Samuele Congia e Alice Maggioni, alle convocazioni in nazionale di Fabio Dalu e Marcello Guidi, ai numerosi primati personali e regionali conseguiti. Dobbiamo continuare nella nostra missione da collante con le società, nella speranza che già da settembre si possa ripartire, affinché i vivai possano contare sul nostro apporto per garantire sempre più qualità alle sessioni quotidiane in piscina, sebbene ci sia un buco di due anni da colmare. Faccio un applauso alle singole squadre nostrane che sono riuscite a barcamenarsi in una situazione per niente facile e ancora complicata da risolvere e legata all'emergenza Covid-19. Ma anche su questo versante non mancheremo di far sentire la nostra voce per risaltare le evidenti difficoltà”.

Russu chiude il suo intervento ricordando un altro impegno internazionale che sarà ospitato in Sardegna: “Dal 9 al 10 ottobre si svolgerà ad Alghero l'ultima tappa della Coppa LEN di nuoto in acque libere. Un appuntamento che si aggiunge al triangolare di pallanuoto Waterpolo Sardinia Cup giocato a Cagliari lo scorso luglio e che mette in risalto l'impegno del Comitato FIN Sardegna a ritagliarsi spazi importanti nella promozione delle nostre discipline nella speranza di avvicinare nuovi atleti”.

L'Esperia ha lasciato il segno in questi campionati anche perché è stata la società sarda che ha contato il numero più alto di iscritti. Da rimarcare le partecipazioni delle cadette Sophia Dubois nei 50 stile (diciannovesimo), 100 stile (24[^]), 200 stile (27[^]), 50 farfalla (24[^]), Chiara Demontis nei 400 misti (28[^]), 800 stile (28[^]); Federica Carta nei 200 rana (21[^]). Mentre nel gruppo ragazzi ha fatto esperienza il quattordicenne Michele Serra (800 stile libero).

Nutrita anche la compagine dell'Acqua Sport Cagliari allenata da Alessio Suergiu.

Nella categoria Ragazzi la 2007 Valentina Ricuperato ha fatto registrare due nuovi record sardi di categoria (nei 100 dorso e nei 200 dorso). Mentre Alessandro Licciardo' nei 200 farfalla è stato squalificato per nuotata irregolare. Francesco Cabula arriva al diciannovesimo posto negli 800 stile libero juniores.

Lungo le corsie laziali si sono cimentati altre atlete e atleti isolani. La Green Alghero ha schierato Alice Maggioni, reduce dagli Europei, che si è classificata nona nei 50 stile. Da Sassari la Sport Full Time si è espressa con Emanuele Pazzola negli 800 stile cadetti, mentre tra gli juniores si mette in luce Enrico Angioni che arriva quinto nei 200 stile migliorando il record regionale. Nei 100 si deve accontentare della piazza n. 23. Nella categoria ragazzi gareggia Giovanni Marongiu (diciannovesimo nei 1500 stile e ventiduesimo negli 800). Infine nella categoria senior Enrico Puxeddu è

quattordicesimo nei 200 rana e dodicesimo nei 200 misti.

Nel sodalizio della Sport Er Sassari Gian Luca Russu si piazza quinto nei 200 dorso e diciassettesimo nei 100 dorso. La sua compagna di team Eleonora Usai ha partecipato ai 100 rana cadette. Sempre nelle fila del sodalizio turritano figura Enrico Manzoni che nei 100 rana cadetti termina al settimo posto, mentre nei 200 rana figura come quattordicesimo e nei 50 rana diciannovesimo.

A parte le medaglie di Congia, l'Antares Iglesias si compiace anche con Stefano Garau per due quinti posti rispettivamente nei 50 e nei 100 rana juniores. Nella stessa categoria è iscritto Ludovico Bertelli della Promogest Cagliari: per lui un dodicesimo posto nei 50 rana e un ventiduesimo nei 100 rana. Della stessa società fa parte Andrea Pusceddu che chiude al dodicesimo posto i 200 farfalla juniores.

FABIO DALU TORNA NEGLI STATES CON UNA MARCIA IN PIU'

Non c'è tempo per rilassarsi. Fabio Dalu è partito in Macedonia, all'esordio con la cuffia della nazionale italiana per la prima delle sei tappe della Coppa LEN, una manifestazione internazionale di acque libere che il 9 ottobre 2021 approderà ad Alghero. E continua a sorprendere perché nel Lago di Ohrid fa la sua eccellente figura piazzandosi al quarto posto. Fabio non sa ancora se sarà presente nella Riviera del Corallo perché il 20 agosto ritornerà in Ohio (Stati Uniti), dove concilierà piscina e studi.

Dalla penisola balcanica il campione italiano a Piombino e a Roma prova a ripercorrere velocemente le vibrazioni accumulate allo Stadio del Nuoto: "Gli 800 e i 1500 sono andati bene – conferma - e i due ori che ne sono scaturiti derivano dalla mia capacità di sviluppare la gara in progressione, staccando gli avversari prima della fine".

Due successi, una strategia mirata

Gli ultimi due mesi di preparazione li giudico eccellenti, sia in Sardegna, sia durante il collegiale con la nazionale. Abbiamo lavorato in proiezione vasca e acque libere.

Ringrazio tutti quelli che hanno contribuito alla realizzazione di questi risultati.

Soprattutto l'Esperia..

La società mi ha supportato molto e abbiamo gioito insieme per i risultati, soprattutto con il mio allenatore Marco Cara. Faccio parte di un sodalizio che può dare tanto al nuoto sardo e non a caso sta andando forte.

FRANCESCA ZUCCA LASCIA TUTTI DI STUCCO

Spinte e gambate, gambate e spinte. Graduali, nel tempo, con il massimo impegno. L'oro nei cento metri rana juniores femminile è stato costruito nel tempo, sfidando anche eventi straordinari che potevano minare la concentrazione di Francesca Zucca. Tipo il cambio di società, dalla Frog Swimming che l'aveva accudita dai cinque anni d'età, all'Esperia: scelta quasi obbligata perché in era Covid la piscina di Terramaini è rimasta off-limits da parecchio tempo e quella comunale non ha mai riaperto i battenti. Ma il disorientamento iniziale si è subito diradato e nel nuovo impianto la ranista cagliaritano ha costruito il suo successo con quella prestazione sontuosa che le ha consentito di migliorarsi oltre un secondo. Un tempo che, se replicato, le aprirebbe le porte agli Europei Juniores del prossimo anno. Tutt'altro che secondario, inoltre, il terzo posto nei 200 rana.

Ti sei ritrovata in una nuova location

Più che altro l'ho fatto per non perdere mesi importanti di allenamento. Sono andata all'Esperia perché sapevo che fosse una bella squadra con degli allenatori molto bravi.

Prima di questa stagione avevo già partecipato agli italiani di categoria, a partire dal 2018, però non avevo fatto ancora esperienza agli Assoluti e al Sette Colli, come invece accaduto quest'anno.

Sensazioni da casa Esperia?

Con i tecnici Marco Cara e Mauro Coni mi sono trovata benissimo da subito e in generale mi sono sentita a mio agio. Prima di questo oro avevo vinto due argenti nazionali di categoria a marzo, senza andare direttamente a Riccione; le gare, infatti, erano "a distanza" su base regionale e le medaglie sono arrivate poco prima che partissi a Roma per questi campionati.

Cosa è successo appena hai capito di essere campionessa d'Italia?

Uscita dall'acqua sono andata negli spalti: mi è arrivato subito incontro Marco, eravamo tutti e due emozionantissimi. Poi mi sono diretta verso le mie compagne che mi hanno abbracciato tutte insieme; è stato bellissimo. Dopo ho chiamato i miei genitori che erano contentissimi, mia madre soprattutto.

Cosa c'è dietro questo successo?

Sicuramente tanti allenamenti e continui obiettivi da raggiungere, anche fuori dalle gare ufficiali. Non so se esista un segreto però è importante non farsi prendere dall'ansia nel momento della gara e pensare solo a concentrarsi.

Come hanno contribuito i tuoi allenatori?

Ritengo che abbiano tanti meriti, mi hanno fatto crescere tantissimo quest'anno e insegnato tante cose. Sono stati sempre presenti per qualsiasi cosa o problema. In più abbiamo legato tanto, ridiamo e scherziamo sempre.

A cosa aspiri?

Sarebbe bello andare a fare un college in America dove si nuota e si studia. Penso che sarebbe un bell'ambiente dove stare. Oppure, in alternativa, riuscire ad entrare in un gruppo sportivo militare.

Hai tempo per dedicarti ad altro nella vita?

Fino a due anni fa suonavo il pianoforte, l'ho fatto per quattro anni. Mi piace ancora, però purtroppo l'ho dovuto lasciare perché non riuscivo a conciliarlo con scuola e nuoto. Da grande non so ancora cosa vorrei fare, dovrò vedere dopo la scuola cosa potrebbe attirarmi.

A chi dedichi la medaglia d'oro?

Sia ai miei allenatori, che hanno fatto veramente tantissimo, sia ai miei genitori.

Spero di migliorare continuamente e accumulare tante nuove esperienze

PER MARCO CARA UN'ESTATE INDIMENTICABILE

Stenta a crederci. Prendere tre ori con atleti diversi è qualcosa di incredibile. All'allenatore esperino Marco Cara non era mai capitato di vivere un'esperienza simile anche perché ai metalli più significativi si aggiunge un bronzo e altri importanti piazzamenti che hanno visto protagonisti nuovamente Francesca e Fabio.

Ce lo dici perché hanno vinto?

Per quanto concerne Fabio direi che tutto sta in due parole: costanza e determinazione nell'andare avanti e cercare sempre il miglioramento. Pur essendo ormai "adulto", il suo spirito è uguale a quello che caratterizza gli esordienti e cioè mettersi in gioco in mille cose, soprattutto quelle dove ritiene di non essere competitivo. La sua ricerca dei dettagli da perfezionare è esemplare. Ovviamente eccelle dove riesce ad esibire le sue caratteristiche migliori.

E Francesca?

Anche lei sciorina tanta determinazione, alla quale aggiunge parecchia forza: componenti che le hanno consentito di demolire diversi suoi personali. Già durante l'inverno, nei campionati a distanza, era riuscita a prendere due argenti alle spalle di una tale chiamata Benedetta Pilato che guarda caso è partita a Tokyo per le Olimpiadi.

Caratterialmente come ce li descrivi i due nuotatori vincenti?

Hanno costanza, voglia di fare mettendosi alla prova: elementi molto importanti. Un aspetto accomunante è che entrambi, nelle loro gare, sono stati intelligenti, riuscendo a gestire al meglio le loro risorse per mettere la mano davanti a tutti, senza farsi condizionare dall'atteggiamento degli avversari.

Gli Italiani hanno offerto spunti molto interessanti al movimento sardo

Siamo andati bene con Fabio nel fondo, con Francesca nella rana, con Congia nello stile libero veloce, con Anna Conti nei 400 misti. Abbiamo coperto un po' tutte le distanze. Una bella cosa per il nostro movimento soprattutto negli Junior, Cadetti e Senior dove la nostra partecipazione è stata numerosa rispetto ad altri anni. Ma sempre in numero ridotto se paragonata ai criteri invernali. Questo perché d'estate non abbiamo la possibilità di allenarci come gli altri atleti.

Pandemia permettendo, cosa bolle in pentola, quali sono i tuoi progetti per l'autunno/inverno?

Spero di poter seguire i ragazzi al meglio, nel tentativo di portarli ad ottenere risultati. Fabio tornerà al College ma spero di motivare altri ragazzi nel ben apparire ai campionati nazionali.

E poi vorrei aggiungere un'altra cosa importante.

Prego..

Sono riuscito a lavorare benissimo grazie anche all'apporto del mio collega Mauro Coni. E c'è stata pure una piacevole novità che ha caratterizzato l'ultima stagione: l'aver ospitato gli atleti dell'Antares Iglesias Samuele Congia, Stefano Garau e la loro allenatrice Alessandra Porcu. Stare in vasca anche con loro, che comunque conosciamo benissimo, è stato motivante ed ha incentivato la crescita di tutti quanti.

Hai ringraziamenti da fare?

In primis alla nostra società, al presidente e ai dirigenti che ci hanno permesso di nuotare e di far allenare i ragazzi in questo periodo di grandi difficoltà

SAMUELE CONGIA E LE BRACCIAE DA BRIVIDI

Con il tempo realizzato agli Italiani, nella finale europea dei cinquanta metri sarebbe arrivato secondo e non sesto. Segno che a distanza di poche settimane Samuele Congia da Serrenti ha trovato ulteriori stimoli per far fruttare al meglio il suo talento. Ora che si sta prendendo il suo meritato segmento di ferie, gli ritornano in mente tutte le belle pulsazioni estive che gli serviranno per costruire la nuova stagione agonistica in vista di una consacrazione a livello internazionale.

Partiamo da questo bellissimo bronzo?

La gara dei cento è stata molto intensa, sia fisicamente, sia mentalmente. Mi sentivo psicologicamente pronto ad affrontarla. I cento non li ho mai metabolizzati totalmente, ma questa volta ci siamo allenati tanto. E come premio è arrivata questa medaglia, la prima individuale su questa distanza. E di questo sono molto contento.

Il titolo italiano sui cinquanta, invece, l'hai cercato a tutti i costi

Lì sono andato più tranquillo, è una gara con cui ho familiarizzato parecchio perché la sento mia. Alessandra Porcu, la mia allenatrice, è riuscita a correggermi alcuni particolari fondamentali della nuotata, del tuffo e della progressione finale. Sono partito verso la capitale con la consapevolezza di ciò che volevo fare, ma senza alcuna pressione sulla vittoria a tutti i costi. A mente libera, comunque, ho portato a casa un bel risultato.

Momenti unici e indimenticabili..

Come quelli vissuti durante gli Europei dove ho imparato a gestirmi sei giorni di gare. Sembra una cosa da niente ma, al contrario, è molto difficile. Ho disputato molte staffette, ovvero parecchi "cento" e non nascondo la felicità.

E anche i risultati non si sono fatti attendere

Sono riuscito a vincere l'argento nella 4x100 stile libero mista, e ho partecipato pure ad una finale europea, inaspettata e bella da vivere e con un tempo (22.92) che reputo abbastanza basso. Con la Nazionale Juniores ho vissuto un bel clima, l'intesa con i compagni è stata eccellente, ho avuto a che fare con persone squisite sia umanamente, sia athleticamente.

Come si diventa campioni nazionali?

Per arrivare al mio livello bisogna lavorare molto, soprattutto nelle settimane che precedono gli eventi importanti. Ho cercato di correggere particolari indispensabili. Nei cento dovevo affinare la parte conclusiva. Sui cinquanta i dettagli da migliorare erano tantissimi. In compenso abbiamo compiuto il nostro dovere in maniera soddisfacente.

Come ti immagini fra qualche mese?

Mi piacerebbe far parte della nazionale assoluta, a patto che si registrino continui miglioramenti.

A chi dedichi queste medaglie?

A tutte le persone che mi hanno sempre sostenuto, agli amici che mi sono stati vicini anche nei momenti meno felici, invogliandomi ad andare sempre più forte. Ringrazio i miei allenatori Alessandra Porcu e Paolo Giacobbe, a loro devo tutto, mi hanno incoraggiato all'infinito, non ci sono parole che possano descrivere il loro operato, sono persone fantastiche. Infine, vorrei ringraziare la società Esperia che ci ha ospitato per una stagione intera nel suo impianto. E le dediche vanno automaticamente a loro, ai fantastici atleti e agli allenatori Marco Cara e Mauro Coni, gentilissimi e disponibilissimi nell'ospitarci.

Tra atleti sardi c'è stata una bellissima intesa

Abbiamo ottenuto grandi risultati e ci siamo pure divertiti parecchio. Soprattutto il cinque agosto quando abbiamo conquistato diverse medaglie. Siamo stati molto felici per l'oro di Francesca Zucca che ha dato vita, a parer mio, alla gara più bella degli Italiani perché ha fatto vedere una grinta fuori dal comune

ALESSANDRA PORCU SI CAPACITA, MA PERSEVERA NEL TIRAR FUORI IL MEGLIO DEL MEGLIO DA SAMUELE

Ferie più che legittime per l'allenatrice di Samuele: ancora adesso non si scrolla di dosso le emozioni vissute tra Italiani ed Europei. Capitoli di un romanzo in continua evoluzione iniziato a scrivere cinque anni fa nella piscina comunale di Serrenti, feudo della società sulcitana Antares. Alessandra Porcu ripercorre le sensazioni più recenti, convinta sempre di più delle magnifiche opportunità che questo ragazzo può riservare negli anni a venire.

Stagione interminabile ma bella. Cominciamo direttamente dall'estate e con gli Europei?

È stata un'esperienza nuova e significativa per Samuele perché è cresciuto tanto grazie anche alla vita condivisa col gruppo. L'allenatore della nazionale Walter Bolognani ha riconosciuto in lui grande voglia di fare e ha ammesso di avere avuto a che fare con un atleta dal grande cuore. E questo spiega come mai l'abbia fatto gareggiare in diverse staffette.

Ma anche l'approdo alla finale europea dei 50 metri è stato grandioso, o no?

Partiva dal sedicesimo tempo e già la qualificazione alla semifinale era molto a rischio. Ma con il tempo di 22.92 ha raggiunto un primo obiettivo. Poi, nonostante fosse complicatissimo, è riuscito ad arrivare anche in finale.

A quel punto sognare era lecito

Eh sì, perché tutti i finalisti erano distanziati di pochissimi centesimi di secondo l'uno dall'altro e chiunque poteva salire sul podio. Ho vissuto l'attesa della gara con grande ansia e in completa solitudine, nel senso che non potevo neppure contare sull'apporto dei miei colleghi allenatori sardi, anche se poi li sentivo quotidianamente al telefono; non mancavano di incoraggiarmi.

E poi ecco l'epilogo di marca continentale

Sono arrivati tutti insieme all'arrivo e finché non è apparso il tabellone finale immaginavo Samuele sul podio. Quando poi è stato ufficializzato il sesto posto ero ugualmente contenta, però è rimasto un po' di amaro in bocca perché i 50 sono complicatissimi, vanno interpretati alla perfezione e ..

E..?

Samuele ha fatto vedere una grande maturità però, dal momento che lo conosco bene, ha sentito il peso di una gara così importante. Solo qualche istante dopo abbiamo realizzato che è arrivato sesto agli Europei.

Dopo quell'exploit Samuele era molto stanco

Confermo, ed ha perso addirittura cinque chili. Non era abituato a gareggiare per sei giorni di seguito. Ma abbiamo continuato ad allenarci molto: lui mostrava di andare veramente forte ed io ero assai ottimista sull'andamento degli Italiani. Soffre sempre parecchio i cento stile libero perché non li sente suoi. Ma c'era la ferma volontà perfezionare anche questa gara perché nel bagaglio di un nuotatore è necessario non fissarsi su una sola specialità.

E vittoria fu

Non era scontato che vincessero i 50 stile, ma noi ci tenevamo veramente tanto. E già negli attimi prima della finale sentivo che avrebbe chiuso da protagonista perché aveva un atteggiamento da persona matura, sicura del fatto suo. Subito dopo la partenza è rimasto indietro, poi ha avuto una progressione con una velocità di bracciata paurosa; ha dato veramente tutto quello che aveva.

Tutto è bene quel che finisce bene

In realtà per riprendere i suoi ritmi ci impiega molto, ha bisogno di carburare e questo un po' lo soffre. Durante i cinque anni in cui sto allenando Samuele una cosa certa è che raggiunge il top ad agosto proprio in concomitanza con Campionati Italiani dove ha sempre fatto registrare i suoi risultati migliori.

In questi ultimi mesi dove si sono palesati vistosi progressi?

Ha migliorato moltissimo nella partenza, ma c'è da curare ancora la subacquea che è il suo tallone d'Achille. Dal giugno 2020 ha cambiato completamente la nuotata, impostandola sui gomiti alti e sin dai Sette Colli ha dato degli ottimi risultati soprattutto nella frequenza di gambe e braccia. Capisco che sia complicato mantenere la bracciata ampia ma lui si è applicato con tanto impegno. Per raggiungere livelli alti bisogna essere costanti e pazienti.

E qui c'è anche lo zampino di Alessandra e del suo marito Paolo Giacobbe?

Vabbè', è risaputo che io martelli finché non vedo il gesto atletico eseguito in maniera impeccabile. È tutto molto faticoso e pesante, ma entrambi siamo molto pazienti e sappiamo che dobbiamo migliorare sempre.

ANNA CONTI: ANCHE DAL CAPO DI SOPRA I RISULTATI BELLI NON SI FANNO ATTENDERE

Sale sul podio in una gara, lo ammette candidamente pure lei, tra le più complesse da interpretare in vasca. Anna Conti da Porto Torres incarna quelle caratteristiche per fare bene nei 400 misti, tra cui primeggiano la resistenza e poi l'abilità nel riuscire a nuotare quattro stili diversi in una stessa gara. In ben cinque anni di lavoro, a furia di insistere d'intesa con il suo allenatore Ilario Ierace, i risultati sono affiorati gradualmente al punto che i 400 misti sono diventati il fiore all'occhiello di Anna che per non farsi mancare nulla, nella rassegna natatoria capitolina si è cimentata in altre cinque gare: 50 dorso (22[^]), 100 dorso (10[^]), 200 dorso (4[^]), 200 misti (11[^]) e 1500 stile libero (7[^]). "Sono felice dell'andamento agli Italiani anche perché disputare così tante gare non era sicuramente facile, anche fisicamente – dichiara Anna Conti – e sono altresì contenta di aver chiuso questa stagione migliorando ulteriormente i miei tempi in una competizione di alto livello".

Come nasce questa passione?

Avevo tre anni quando i miei genitori mi portarono in piscina per farmi superare la paura dell'acqua e acquisire sicurezza. D'altronde da isolana era legittimo che imparassi a barcamenarmi in acqua.

Da subito è filato tutto liscio?

Per niente. I primi anni non sono stati semplici e portarmi in piscina era sempre una tragedia. Poi col tempo ho imparato ad apprezzare i profumi del cloro e da quel momento non ho più smesso.

La tua società è stata fondamentale?

Sicuramente. E vorrei ringraziarla perché ha permesso a me e a tutti i miei compagni di continuare a nuotare, di ritrovarci in piscina, di tornare a gareggiare. Facendo sicuramente tantissimi sforzi per tenere gli impianti aperti in questo periodo particolare.

Quali sono le caratteristiche che ti fanno fare la differenza in piscina?

Penso che arrivati ad un certo livello, oltre alle doti fisiche, l'aspetto mentale sia fondamentale. Costanza e determinazione sono le caratteristiche più importanti che mi permettono di raggiungere gli obiettivi.

A cosa aspiri nel futuro?

Riuscire a centrare la finale agli assoluti e fare un anno di allenamenti ad alto livello per vedere davvero dove posso arrivare.

E l'avvenire nella vita extra acquatica come sarà?

A settembre inizierò a frequentare la quinta al liceo scientifico. Finita la scuola sicuramente mi attende un percorso universitario anche se ancora ho le idee abbastanza confuse; mi piacerebbe rimanere nell'ambiente sportivo e quindi fare scienze motorie ma ancora è tutto da vedere.

Altro da aggiungere?

Dedico questa medaglia alla mia famiglia per il continuo supporto, al mio allenatore e a tutte le persone che ci sono dietro un atleta: fisioterapisti, nutrizionisti e tecnici. Altra menzione alla mia piscina che mi ha permesso di nuotare e anche a me che mi sono allenata duramente per arrivare a questo obiettivo.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/nuoto-sardegna-gratificanti-riscontri-dai-campionati-italiani-di-categoria/128781>

