



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
COMITATO REGIONALE CAMPANIA

FIN - CAMPANIA

Martedì, 25 ottobre 2016

FIN - CAMPANIA

Martedì, 25 ottobre 2016

FIN - Campania

25/10/2016 Corriere dello Sport (ed. Campania) Pagina 25	<i>Paolo de Laurentiis</i>	1
PALTRINIERI «Perché amo i miei nemici»		
25/10/2016 Corriere dello Sport (ed. Campania) Pagina 25	<i>p.d.l.</i>	5
Pellegrini ai Mondiali canadesi		
25/10/2016 La Gazzetta dello Sport Pagina 39		6
NUOTO		

FIN - Campania

L'oro olimpico dei 1.500 a Rio 2016 prepara il debutto e la missione 2020 con gare in piscina e acque libere

PALTRINIERI «Perché amo i miei nemici»

In acqua con Detti, in vacanza con Horton «Facciamo sport: è una cosa bella. È giusto

«È vero, è stata la prima cosa che mi sono sentito dire subito dopo la vittoria di Rio».

Sarebbe? «Che avevo sbagliato gara...» Con l'oro dei 1.500 al collo?

«Sì, avevamo preparato una cosa completamente diversa, ma ne ho fatta un'altra».

Gregorio Paltrinieri, campione di tutto nei 1.500, compreso l'oro olimpico, è fatto così: rende facili le cose difficili. Prepara, studia, analizza, spacca il capello in quattro. Ma quando è lì, riesce anche a improvvisare. Vince anche o soprattutto - per questo.

«Sinceramente non c'è stato un momento in cui l'ho deciso. Il piano stabilito a tavolino era quello di partire prudente e poi allungare dopo metà gara perché le mie caratteristiche sono quelle e invece ho fatto il contrario, rischiando perché alla fine potevo crollare, ma in questo modo io mi sono gasato e i miei avversari sono rimasti sorpresi».

Avversari per modo di dire: sul podio con Greg, è salito Gabriele Detti (bronzo). I due si allenano insieme da anni al Centro Federale di Ostia. Amici fuori, in acqua se le danno di santa ragione. A Olimpiadi finite, poi, Paltrinieri ha passato le vacanze assieme a Mack Horton, oro a Rio nei 400 stile libero, quinto nella finale dei 1.500: destinazione Costiera Amalfitana, assieme alle rispettive fidanzate (e al drone dell'australiano, che ha immortalato tutti i momenti della vacanza).

I tre si sfideranno almeno per il prossimo quadriennio. Ma solo in acqua, garantisce Paltrinieri.

«Andiamo d'accordo ma sono due rapporti diversi: con Gabri ci conosciamo da anni, insieme abbiamo cominciato il nostro percorso al Centro Federale di Ostia ancora prima delle Olimpiadi di Londra, nel 2012. Siamo cresciuti insieme, non potremo mai volerci male. In acqua la rivalità c'è ma quella che vedete voi, durante le gare, è soltanto la minima parte: noi ogni giorno ci sfidiamo in allenamento e ogni giorno la cosa finisce lì. Fuori dall'acqua siamo amici, abbiamo condiviso tantissimi momenti e sarà così anche in futuro».

E Horton?



L'oro olimpico dei 1.500 a Rio 2016 prepara il debutto e la missione 2020 con gare in piscina e acque libere

PALTRINIERI «Perché amo i miei nemici»

In acqua con Detti, in vacanza con Horton «Facciamo sport: è una cosa bella. È giusto che finisca lì, andare d'accordo è semplice»

Quali «Con Gabri siamo cresciuti insieme. Non potremo mai volerci male, ma in acqua ci sfidiamo subito più facilmente».

Horton «Mack è stato una bella scoperta. Valeva la pena di rischiare. In piscina ci sfidiamo subito più facilmente».

La rivalità «L'addosso quanto basta. C'è il mio nemico. In acqua ci sfidiamo subito più facilmente».

Il futuro «Ma adesso tutti vorranno battermi. Devo stare attento».

La fidanzata «Mi ha chiesto di sposarla. È un grande onore».



Paltrinieri e Detti, 22 anni compiuti a settembre, si baciavano in piscina dopo la vittoria del 1.500 stile libero a Rio

Da due anni domina 1.500

La nuova stagione

Pellegrini ai Mondiali canadesi

Da due anni domina 1.500
Gregorio Paltrinieri, 22 anni, è il re del 1.500 metri stile libero. Dopo l'oro olimpico a Rio, ha dominato la stagione estiva con tre titoli mondiali e due europei. Il suo record di 15:00,48 è imbattuto da quasi due anni.

La nuova stagione
Paltrinieri si prepara per la stagione 2017. Il suo obiettivo è vincere la maratona di Berlino e il 10.000 metri a Londra. «Sono un atleta completo», dice, «e voglio dimostrare che posso vincere in tutte le discipline».

Pellegrini ai Mondiali canadesi
Il nuotatore romano Gregorio Paltrinieri si prepara per la stagione 2017. Il suo obiettivo è vincere la maratona di Berlino e il 10.000 metri a Londra. «Sono un atleta completo», dice, «e voglio dimostrare che posso vincere in tutte le discipline».

<-- Segue

«L'amicizia con Mack è molto più recente. Due anni fa sono andato per un mese in Australia ad allenarmi da lui e abbiamo cominciato a conoscerci. Siamo riusciti a mantenere i contatti anche dopo. Finite le Olimpiadi, lui voleva venire in Italia in vacanza e abbiamo deciso di farle insieme. Capri, Sorrento, la costiera. E' stata una bella esperienza e abbiamo visto posti bellissimi».

Le più preoccupate erano le rispettive fidanzate, perché il progetto è nato prima di Rio e nessuno poteva sapere come sarebbe andata.

Invece un oro l'australiano (nei 400 stile libero) e uno l'azzurro nei 1.500. Musi lunghi scongiurati, tutti felici e contenti.

C'è un segreto per andare così d'accordo tra rivali?

«A me sembra normale.

Certo, non sono amico di tutti i finalisti olimpici... Ma se trovi persone con cui legghi, non vedo perché farci condizionare dalle nostre ambizioni. In fondo facciamo solo sport, è una cosa bellissima e io come tale mi sento di viverla. Ci sfidiamo e poi vince il migliore».

Tutto qui? E' così facile?

«C'è anche un altro aspetto e riguarda il tipo di attività che facciamo: io so quanto mi alleno, giorno dopo giorno, e so che i miei avversari fanno lo stesso tipo di percorso, gli stessi sacrifici. Da due anni domina il 1.500 GREGORIO PALTRINIERI è nato a Carpi il 22 settembre del 1994.

Da due stagioni domina il 1.500 stile libero: ha vinto l'oro Europeo, quello Mondiale e nell'estate scorsa quello Olimpico a Rio. Ha il record europeo sulla distanza in vasca lunga e quello mondiale in vasca corta.

Tesserato per la Cooper nuoto e per le Fiamme Oro, vive e si allena al Centro Federale di Ostia sotto la guida di Stefano Morini. Con loro anche Gabriele Detti (nipote di Morini), che è tornato da Rio con due medaglie di bronzo: nei 400 e nei 1.500 stile libero.

fici, la stessa fatica. Non c'è bisogno di parlare di stima reciproca, c'è e basta, viene naturale».

Via da Carpi a 17 anni, dopo aver convinto mamma Lorena che era la scelta giusta da fare, l'oro olimpico ripaga di tutto.

«Ma io prima non lo sapevo che sarebbe arrivato tutto questo... Di sicuro sono cresciuto e cambiato, anche per una questione di età. Partito a 17 anni, ora ne ho 22 e gli ultimi mesi sono stati particolarmente intensi».

Ma belli...

«Ho raggiunto l'obiettivo che inseguivo da più di quattro anni, per come sono io è stato anche stressante, perché ho lavorato su tutti i particolari anche in modo troppo critico nei miei confronti. Vincere è stato bello» E ha cambiato le prospettive.

«Da Londra, nel 2012, avevo messo nel mirino Sun Yang: ho lavorato per raggiungerlo e batterlo, a Rio ci sono riuscito. Adesso so di non avere più nessuno da inseguire, anzi saranno gli altri a volermi battere, sono diventato io il loro punto di riferimento».

Difficile?

«La verità? Non me ne preoccupo ma non per presunzione. In passato sono sempre entrato in acqua con la voglia e l'intenzione di dover dimostrare qualcosa e a volte è stato anche logorante. Ora mi trovo all'inizio di un altro quadriennio olimpico, la strada è lunghissima e mi sento di avere un approccio diverso, non necessariamente migliore o peggiore. Mi sento più rilassato, sicuro di me. Posso vincere o perdere soprattutto in questo periodo e non me ne faccio un problema».

Sicuro?

Grossa risata. «Beh, diciamo che ora mi viene facile perché ho vinto da poco le Olimpiadi e sono

<-- Segue

lontano da altre gare importanti. Magari tra qualche mese sale la tensione e torno il solito rompiballe...». Le ambizioni restano.

«Ci mancherebbe. Ho semplicemente capito che rendo molto di più se vado in acqua senza troppi pensieri. L'idea verso Tokyo 2020 è quella di essere competitivo sia nei 1.500 che nella 10 chilometri: le acque libere sono da sempre un mio pallino».

Con le dovute cautele.

«Dal punto di vista dei chilometri in acqua penso di essere a posto... Mi serve qualche test in gara. Vedrò se il calendario mi aiuta, questa stagione o la prossima, non è un problema.

Dovrò soprattutto valutare il recupero tra una gara in vasca e una in mare nel corso della stessa manifestazione».

Cautela anche fuori dall'acqua?

«Vivo al Centro Federale e ci sto bene. E' vero che in futuro c'è l'idea di prendere un appartamento mio per avere un po' di spazio ma anche in questo caso mi sto prendendo il mio tempo.

Non ho nella testa di non stare più al Centro Federale perché mi trovo male, sto solo valutando situazioni diverse».

È la famiglia?

«Ma io e Letizia abbiamo poco più di 20 anni, stiamo bene, ci conosciamo da sempre. Di che altro dovremmo parlare?

» Il rapporto con Morini è sempre lo stesso?

«Direi di sì, continuerà ad allenarmi come ha sempre fatto. Certo, ultimamente viaggia come una rockstar (ride, ndr): è stato in Inghilterra e in Spagna per incontrare gli allenatori stranieri e condividere le nostre esperienze. Ma a parte questi impegni, non c'è nessuna differenza».

L'agenda di Paltrinieri però è particolarmente piena.

«Ho fatto parecchie cose con gli sponsor negli ultimi tempi, l'avevo messo in conto e mi sono anche divertito. Mi è costato qualche allenamento ma sinceramente non mi sembra un grande danno in questo momento della stagione e della carriera. Ho imparato cose che mi torneranno utili in futuro ma non c'è pericolo: io voglio nuotare».

Il rientro in acqua dopo Rio com'è stato?

«A parte i bagni al mare con Horton durante le vacanze, sono stato fermo un mese.

Da metà settembre ho ricominciato a fare qualcosa, alternando la piscina a gli impegni extra. Da due settimane invece sto spingendo parecchio e ora che sono in ritiro in altura, qui a Livigno, ho davvero poche distrazioni».

Si avvicina il debutto.

«Anche questa è una novità: non mi è mai piaciuto molto gareggiare lontano dagli impegni importanti invece quest'anno scenderò in acqua a Genova tra pochi giorni: nuoterò i 400 con Detti ».

Non era previsto, c'è lo zampino di Morini che spinge sulle distanze più corte?

«In realtà non mi ha fatto particolari pressioni.

Mi avevano invitato come ospite d'onore ma mi suonava strano... io in tribuna mentre gli altri gareggiano, allora ho pensato che alla fine un 400 potevo pure farlo. Come va, va. Poi da novembre, a parte pochi altri impegni, tornerò a macinare chilometri a Ostia».

La popolarità com'è?

«A me non pesa e mi sembra di viverla bene, senza troppi problemi».

Però un murale sotto casa fa un certo effetto.

FIN - Campania

«E' vero, l' hanno fatto nella piscina di Novellara, dove sono cresciuto sportivamente anche se sono di Carpi. Non l' ho ancora visto, mi hanno detto che dal vivo è bellissimo. Appena posso andrò a vedere l' effetto che fa. Di sicuro mi fa un grande piacere».

E poi per ritrovare un po' di anonimato basta perdere un paio di gare e passa la paura...

«Non scherziamo eh: facciamo che continuo a vincere e magari dico qualche "no" a chi mi cerca...».

Paolo de Laurentiis

FIN - Campania

La nuova stagione

Pellegrini ai Mondiali canadesi

ROMA - Archiviata l'Olimpiade di Rio, il nuoto azzurro si tuffa nel nuovo quadriennio che porterà a Tokyo 2020. Il primo vero appuntamento di rilievo sarà il mondiale in vasca lunga di Budapest, nell'estate del 2017. Non mancheranno però tappe intermedie per valutare lo stato di forma del gruppo azzurro.

GLI AZZURRI. Paltrinieri, Detti e Pellegrini restano i tre punti di riferimento dell'intero movimento. Con loro un gruppo piuttosto ampio di ragazzi che cerca la dimensione internazionale. A Rio, in molti non hanno reso secondo le attese (fermo restando che - medaglie alla mano - la spedizione azzurra è stata un successo) e qualche cosa si sta studiando per alzare il livello di una nazionale che ha comunque dimostrato di saper andare forte. Il problema, piuttosto, è andare forte quando serve davvero e non quando viene comodo.

CALENDARIO. Le date fondamentali della stagione restano sostanzialmente invariate, con un campionato invernale in vasca lunga a dicembre e quello primaverile che farà da selezione per i mondiali di Budapest. Piuttosto, potrebbero cambiare i criteri di selezione, con l'idea che il dt Butini chiuda la lista dei convocati già ad aprile, senza ripescaggi dell'ultima ora (fatta eccezione per le staffette). L'obiettivo è mettere gli atleti di fronte a una scadenza precisa, sperando che il "dentro o fuori" li metta poi in condizione di rendere al meglio in campo internazionale, evitando inoltre lo stress della caccia alla qualificazione a maggio e giugno. Non ci sarà un tempo limite per accedere alle finali del pomeriggio, ma lì sta alla saggezza di atleti e allenatori saper cogliere l'occasione per testarsi ad alti livelli in tutti i turni di gara e non solo in una finale del campionato italiano.

GENOVA E CANADA. La stagione intanto entra nel vivo in questi giorni, con il meeting Nico Sapo di Genova: 31 ottobre e 1 novembre, Detti e Paltrinieri le star e anche l'americano Ervin, oro olimpico dei 50 stile libero. I meeting autunnali serviranno al dt per formare il gruppo che a metà dicembre volerà in Canada per i mondiali di vasca corta. Un gruppo poco numeroso ma ci sarà sicuramente Federica Pellegrini, per le gare individuali e le staffette.

p.d.l.

NUOTO

L'oro olimpico dei 1.500 a Rio 2016 prepara il debutto e la missione 2020 con gare in piscina e acque libere

PALTRINIERI
«Perché amo i miei nemici»

In acqua con Detti, in vacanza con Horton «Facciamo sport: è una cosa bella. È giusto che finisca lì, andare d'accordo è semplice»



LOUKE RYALS



LA SCHEDE
Da due anni domina il 1.500

LA NUOVA STAGIONE
Pellegrini ai Mondiali canadesi

LA SCHEDE
Da due anni domina il 1.500

LA NUOVA STAGIONE
Pellegrini ai Mondiali canadesi

p.d.l.

NUOTO

MUSSO E MIZZAU Erica Musso ha deciso di affidarsi a Max Di Mito, ex mentore della Pellegrini, che ora allena a Riccione come d.t. della Polisportiva. La poliziotta savonese duecentista del 94 (personale 1'5865) si allenerà dunque insieme ad Alice Mizzau, entrambe argento mondiale con la 4x200 a Kazan. SCOZZOLI (al.f.) A Riccione (25 m). Uomini: 100 sl, 50 fa Izzo 4953, 2442; 50-100 ra Scozzoli 2654, 5821. Donne: 100-200 sl Mizzau 5557, 1'5797; 50-100-200 do Barbieri 2827, 1'0085, 2'1486; 50 fa Gusperti 2772; 100-200 fa Polieri 1'0123, 2'1162.

TUTTENOTIZIE

ARRAMPICATA, SUCCESSO AZZURRO (an.m.) Nella prova di Coppa del mondo a Xiamen (Cina) trionfo azzurro nella categoria Lead per il 23enne torinese Stefano Ghisolfi, sempre in testa sin dalle qualifiche. Ha battuto Fakriddin (Iraq) e Schubert (Aut).

COMITATINO

Mornati: stop ridotto a due anni

Il calcio è la sportività più amata per i bambini e per i ragazzi che si affida alla carriera. Ma Nicola Mornati, 35 anni, dopo essersi iscritto alla polisportiva di Riccione, ha deciso di mettersi in discussione con il Tribunale nazionale antidoping. Il 2016 è stato il suo anno. Il 2017 è quello in cui si è iscritto al campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

Nicola Mornati, 35 anni

APICIA

Found: dopo l'Arc ecco il Classic

La compagnia turistica Found, società sportiva dell'Arc, ha deciso di organizzare il Classic. La compagnia turistica Found, società sportiva dell'Arc, ha deciso di organizzare il Classic.

Found dopo l'Arc nell'Arc

TENNIS: IL MASTERS

Kuznetsov e i capelli Li taglia e vince il match

La russa spunta la coda a un cambio campo. Italia: la Errani si separa da Lozano



Svetlana Kuznetsov, 31 anni, alle 8' partecipante ai Masters 1000

Il fatto che la penna, affilando un problema che si sta avvertendo. Scatta lungo il campo, non senza un certo ritmo. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

Il fatto che la penna, affilando un problema che si sta avvertendo. Scatta lungo il campo, non senza un certo ritmo. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

ATLETICA

PIRELLA GONDI

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

BOXE, LA FPI FESTEGGIA CON CARNERA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER I MONDIALI

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

SPORT

PER LA GIBRALTARA

Il campionato italiano di calcio. Mornati, che ha 35 anni, è stato iscritto al campionato italiano di calcio.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.

DOPIING

Caso Russia Il Cio aiuterà i coniugi Stenop

Il Cio va in aiuto di Italia e Russia. Il Cio va in aiuto di Italia e Russia.