



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
COMITATO REGIONALE CAMPANIA

FIN - Campania
mercoledì, 29 giugno 2022

FIN - Campania
mercoledì, 29 giugno 2022

FIN - Campania

29/06/2022	Il Mattino	Pagina 17	<i>Francesco De Luca</i>	3
29/06/2022	Il Mattino	Pagina 17		5
29/06/2022	Roma	Pagina 11		6
29/06/2022	Roma	Pagina 20	<i>MARISA BERTOLDI</i>	7
29/06/2022	Roma	Pagina 20		8
29/06/2022	Roma	Pagina 20		9
29/06/2022	Il Golfo	Pagina 15	<i>DI FABIO SINISCALCO</i>	10
29/06/2022	Corriere dello Sport	Pagina 37		11
29/06/2022	Corriere dello Sport	Pagina 37		12
29/06/2022	La Gazzetta dello Sport	Pagina 34		13
29/06/2022	La Gazzetta dello Sport	Pagina 34		15
29/06/2022	TuttoSport	Pagina 31	<i>Gianmario Bonzi</i>	16
29/06/2022	TuttoSport	Pagina 31	<i>Emanuele Mortola</i>	18

«QUELLA LEZIONE DI 30 ANNI FA E LE MIE RAGAZZE DA PODIO»

Francesco De Luca

L'INTERVISTA Francesco De Luca Trent'anni fa salì sul podio olimpico, oro ai Giochi di Barcellona.

«Finale vinta contro la Spagna, anzi contro tutto e tutti, c'era anche Re Juan Carlos in tribuna».

Carlo Silipo, a 50 anni, si gode il Setterosa in semifinale ai Mondiali di Budapest e sogna di risalire sul podio, lui che è diventato il ct della pallanuoto femminile nella primavera 2021. Suo primissimo tifoso il figlio diciannovenne Tommaso, che gioca nella Expert Napoli Lions.

L'azzurro più azzurro del Settebello, con 482 presenze, come si trova ad allenare le ragazze?

«Benissimo. Ho avuto grandi motivazioni fin dall'inizio, avviando il percorso verso le Olimpiadi di Parigi 2024 e senza trascurare il presente perché i risultati ti rafforzano. Spiegai che il lavoro fino ai Giochi sarebbe stato lungo e duro e nessuna ragazza si è sottratta.

Siamo arrivati alle semifinali del Mondiale, altro non dico per scaramanzia».

Era da un po' che non allenava, l'ultima esperienza era stata quella da dirigente del Posillipo.

«Lo stacco mi ha fatto bene. Il periodo di astinenza, chiamiamola così, mi ha migliorato: prima nella gestione ero più impulsivo, adesso mi riconosco maggiore lucidità».

Cosa è cambiato nel suo approccio con un gruppo femminile?

«D'intesa con il mio staff, ho voluto portare qualcosa della pallanuoto maschile, sul piano tecnico e della preparazione. E la qualità di questo lavoro, la credibilità del progetto, si vede nei risultati».

Il ct Silipo a quale maestro si ispira?

«Ogni allenatore ha la propria interpretazione del ruolo.

Sicuramente sul piano della disciplina Ratko (Rudic, ct dell'Italia che vinse tutto trent'anni fa) e Sandro (Campagna, attuale ct del Settebello) mi hanno dato di più.

Al di là dell'aspetto maschile o femminile, c'è una differenza profonda tra un club e una nazionale e questo è fondamentale comprenderlo».

Il Settebello da tempo attinge nell'elenco dei naturalizzati, il Setterosa no: qui sono davvero tutte italiane.



Il Mattino

FIN - Campania

«Non vi è nulla di strano, anzitutto. L' Ungheria è la culla della pallanuoto, eppure nella rappresentativa ci sono tre naturalizzate. Bisogna essere onesti: il campionato femminile italiano è meno attrattivo di altri, qui non si vedono grandissime giocatrici straniere. E le nostre hanno dei valori, quelle del precedente ciclo come quelle più giovani».

È stato un vantaggio non partecipare ai Giochi di Tokyo?

«Sotto l' aspetto della formazione del gruppo ci ha dato la possibilità di non avere l' ansia da prestazione. Abbiamo potuto studiare e programmare con serenità: io ho conosciuto le ragazze e loro hanno conosciuto me. Considerando gli intensi ritmi della pallanuoto, dunque, è stato un vantaggio».

La crisi della pallanuoto napoletana si riflette anche sulle presenze in Nazionale.

«E io mi auguro che la Campania possa nuovamente essere un importante polo anche della pallanuoto femminile, perché nella nostra regione vi sono state squadre che hanno lasciato il segno come l' Azzurra e il Volturno».

C' erano tanti napoletani nel Settebello che vinse l' oro a Barcellona il 9 agosto del 92: il primo ricordo?

«La forza di quel gruppo, l' affiatamento che c' era tra la squadra e lo staff di Rudic.

Scrivemmo la storia, battendo la Spagna che già aveva preparato la festa per l' ultimo oro olimpico, grazie a quell' intesa. È l' esperienza che sto trasmettendo alle ragazze e non soltanto adesso che abbiamo raggiunto l' obiettivo delle semifinali: è la piena condivisione di un progetto che porta lontano».

A proposito di Nazionale, pensa di allenare un giorno quella maschile?7 «No. Macché. Io sono strafelice della mia».

© RIPRODUZIONE RISERVATA.

Chiappucci e l'amarcord della vittoria al Tour '92

CICLISMO NOLA Claudio Chiappucci, i suoi ricordi di campione e la sua storica vittoria in solitaria al Sestriere nel Tour de France 1992, proprio 30 anni fa, hanno attirato la platea in occasione della presentazione del libro *Il Giro* racconta (LeVarie Edizioni) al BClub di Nola. Con l'autore Gian Paolo Porreca, ospiti l'oro olimpico di pallanuoto Pino Porzio, il presidente dell'Ussi nazionale Gianfranco Coppola e il giornalista Marco Lobasso.

El Diablo, 59 anni, è stato uno dei protagonisti della corsa a tappe francese negli anni 90 (tre volte sul podio finale, vestendo sia la maglia gialla sia quella a pois di migliore scalatore). Nella prossima edizione, che prende il via venerdì 1 luglio, secondo Chiappucci un ruolo importante potrà recitarlo un italiano: «Assolutamente sì. Ganna può indossare la prima maglia gialla.

Le montagne sono leggendarie, dal Galibier al Passo della Croce e dall'Halpe d'Uez al Sestriere, dove due giorni fa hanno rievocato alla mia presenza la fantastica vittoria di 30 anni fa».

© RIPRODUZIONE RISERVATA.



Roma

FIN - Campania

MISTO FRA NUOTO IN ACQUE LIBERE, APNEA E PESCA

#CacciaAllaPlastica-Swimming Edition, sport ed ecologia tra Nisida e la Gaiola

NAPOLI. Il nostro pianeta soffre da anni ormai il problema dell'inquinamento da plastica in mare e il tempo che stiamo vivendo fa nascere nuovi sport. #CacciaAllaPlastica Swimming Edition è un misto tra nuoto in acque libere, apnea e (caccia di oggetti di plastica in mare).

) Domenica dalle 10 alle 13 tra Nisida e la Gaiola si terrà la seconda edizione di CacciaAllaPlastica, un'iniziativa ideata e organizzata dall'associazione N' Sea Yet per promuovere i valori cardine della campagna #Prendi3 (dove ognuno è invitato a raccogliere almeno 3 pezzi di plastica da terra, mare, natura), realizzata grazie alla collaborazione con la Uisp Napoli, di intesa con l'Area Marina Protetta Parco Sommerso di Gaiola, con la partecipazione delle associazioni Let's do it! Italy, Cleanap, Round Table, CSI Gaiola onlus, FAI e i Ragazzi dell'Istituto Penale Minorile di Nisida. Sport e tutela ambientale faranno squadra per lo stesso obiettivo.

Alla gara in mare potranno partecipare solo i nuotatori agonisti della Uisp. Tutti gli altri partecipanti insieme alle associazioni e ai ragazzi di Nisida gareggeranno nella squadra di terra con postazione del gazebo antistante il parco Virgiliano, in contemporanea con i nuotatori con partenza da Nisida alle ore 10. Per partecipare all'evento è necessario iscriversi nella pagina Facebook dell'evento #CacciaAllaPlastica-Swimming Edition, sarà possibile iscriversi anche presso il gazebo che sarà allestito domenica 3 luglio all'ingresso del parco Virgiliano, a Posillipo, alle ore 9. A seguire ci sarà una performance dello Street Artist Trallallà. Madrina della manifestazione sarà Maria Felicia Carraturo record del mondo di apnea.



Roma
FIN - Campania

CICLISMO Presentato il libro di Porreca al BClub di Nola: intervenuto anche il napoletano e campione della pallanuoto Pino Porzio

Chiappucci racconta il Giro in Campania pensando al Tour

MARISA BERTOLDI

NOLA. Il Grande ciclismo, di scena al BClub di Nola, scalda il cuore di tantissimi appassionati intervenuti. La maglia gialla del Tour Claudio Chiappucci ha presentato "Il Giro racconta", il libro di Gian Paolo Porreca (edito da LeVarie) che percorre la storia dei 115 arrivi della corsa rosa in Campania, impreziosito da due racconti inediti sul ciclismo di Gianfranco Coppola e di Gian Paolo Ormezzano. Al fianco del Diabolo, uno dei ciclisti più amati di sempre dai tifosi italiani, è intervenuto il campione olimpico di pallanuoto Pino Porzio. Insieme hanno partecipato, inoltre, al forum promosso dall'Unione Stampa Sportiva Italiana, con la presenza del presidente Gianfranco Coppola, sul tema "Lo sport. Quando vincere è la gioia della fatica tra inclusione sociale e accoglienza".

Chiappucci e Porzio hanno raccontato di quella meravigliosa, indimenticabile estate del 1992, proprio 30 anni fa, quando prima il Diabolo compì il 18 luglio la clamorosa impresa di vincere la mitica tappa del Sestriere al Tour de France, arrivando solo e in maglia a pois al traguardo; poi, tre settimane dopo, il 9 agosto, Pino Porzio conquistò con l'Italia l'oro olimpico di Barcellona, al termine di una finale infinita e indimenticabile giocata e vinta contro la Spagna di Estiarte.

Emozioni, ricordi e una piacevole galleria di foto e di video hanno caratterizzato la presentazione de "Il Giro Racconta", nella tradizione atmosfera glamour che distingue da sempre il BClub di Giuseppe Vilardi e di Michele Vittorioso, il bellissimo e rinomato ristorante italiano a Nola, con la raffinata e talentuosa dello chef Ugo Patierno. La presentazione ha rappresentato anche l'occasione per parlare dell'ormai imminente partenza del Tour de France (il primo luglio prossimo) con Claudio Chiappucci, uno dei grandi protagonisti della corsa a tappe francese negli anni 90 (tre volte sul podio finale, vestendo sia la maglia gialla sia la maglia a pois di migliore scalatore), tornato sulle strade della Campania che ama e che lo hanno visto spesso vincitore e protagonista nella sua lunga carriera, insieme all'amico di sempre Salvatore Letizia e a tantissimi appassionati e suoi tifosi arrivati a Nola per salutare il Diabolo azzurro. In questa lunga estate 2022 "Il Giro racconta" continuerà il suo tour di presentazioni, in Campania, con l'obiettivo di aggregare campioni, appassionati, tifosi e addetti ai lavori, attorno alla meravigliosa storia della Corsa Rosa e dei suoi 115 arrivi in Campania.



Il Setterosa è super Travolta la Francia

[illegible]

Ischia Marine Club per chiudere la serie Gara decisiva contro l' Auditore Crotone

[illegible]

Il Golfo

FIN - Campania

Ischia Marine Club, oggi è il gran de giorno per la serie A2

DI FABIO SINISCALCO

ISCHIA. Il grande giorno è arrivato. L'Ischia Marine Club può salire finalmente in serie A2. La squadra allenata da Paolo Iacovelli è impegnata oggi alle ore 14, alla piscina Scandone di Napoli contro la Rari Nantes Audiotone Crotone per la gara 2 della finale dei play off. Il 14-7 rifilato alla formazione calabrese nella sfida giocata all'Olimpionica, consegna, nei fatti, il match point ai padroni di casa che aggiudicandosi l'intera posta in palio potrebbero brindare al raggiungimento dell'agognato salto di categoria. La netta vittoria ottenuta in trasferta non deve però lasciare tranquilli i padroni di casa che devono mantenere altissima la propria soglia di concentrazione nella piena consapevolezza di dover affrontare una battaglia nella quale la vincitrice del girone 4 cercherà di portare a casa l'intera posta in palio nel tentativo di riequilibrare la serie e rimandare il verdetto alla decisiva gara 3 che si disputerebbe sabato 2 luglio nell'impianto calabrese. Il sette partenopeo dovrà essere bravo a ripetere la brillante prova difensiva offerta nel duello di sabato scorso per poi sfruttare la sua abilità nelle ripartenze. Il coach Paolo Iacovelli spiega: «Quella giocata a Crotone è stata una partita bellissima, siamo stati perfetti. Questo non significa però che in casa ci aspetterà la stessa partita. Dobbiamo essere bravi a resettare e a pensare che la serie inizierà oggi alla Scandone. Siamo più carichi che mai, convinti delle nostre possibilità. Posso contare su un grande gruppo nel quale i senatori si stanno tirando dietro i più giovani. In questo momento siamo super carichi, non carichi». Il capitano Andrea Lamoglia afferma: «Partita che apparentemente può sembrare scontata viste le proporzioni del punteggio di gara 1 ma non è assolutamente così. Questa può essere una trappola ma dobbiamo essere bravi a non caderci. Dobbiamo mantenere quell'intensità, quel gioco e quella determinazione espresse a Crotone fin dai primi minuti perché avremo tutti contro. I nostri avversari si vogliono riscattare, verranno qui per fare risultato e allungare la serie a gara 3. Sarà importante mantenere alta la concentrazione ma sono fiducioso perché il gruppo è unito e mai come a Crotone siamo stati così determinati nel raggiungere la vittoria. Spero ci sia una bella cornice di pubblico alla Scandone». Già lo scorso anno, l'Ischia Marine Club andò vicinissima al traguardo della serie A2. In finale, però, gli isolani vennero sconfitti dal Frosinone. L'Ischia è una squadra con delle ottime individualità. Nell'organico ci sono dei giocatori con esperienze in serie A. Ora, bisogna fare l'ultimo sforzo e bisogna vincere contro il Crotone. Nella prima gara, il Marine Club ha dominato, dimostrando di essere superiore. L'Ischia ha sempre messo in luce un goco di buon livello. L'unica sconfitta inaspettata è stata quella contro il San Mauro Nuoto.



Oggi la 10 lam l' ultima fatica di Paltrinieri

Oggi si chiudono le fatiche di Gregorio Paltrinieri che nuoterà (alle 12) la 10 chilometri al Lupa Lake. E' la prova che gli ha dato il bronzo olimpico, l'ultima per lui in questo Mondiale pieno di impegni: quarto negli 800, oro nei 1.500, bronzo con la staetta 4x1,5 km in acque libere, argento nella 5 chilometri.

Chiuso il Mondiale, Greg si concederà una settimana di recupero (comunque nuotando) prima di andare in altura per preparare l'Europeo di Roma ad agosto



Ultima chiamata per la A1: Roma o Bogliasco?

di Giorgio Marota ROMA - Roma o Bogliasco, una poltrona per due nel paradiso della Serie A1 maschile di pallanuoto. Allo stadio del nuoto di Monterotondo, stasera ore 20, è in programma gara 3 di finale playoff di A2: la parità tra le due formazioni è totale dopo il successo nel primo match della Vis Nova in casa (6-4) e la vittoria dei liguri tra le mura amiche nel ritorno (10-8).

Oggi o non più. Non c'è appello infatti, chi vince stasera compie il salto da sogno di categoria, chi perde invece al sogno rinuncia a poche bracciate dalla sua realizzazione.

Si annuncia una partita essenzialmente tecnica, ma anche tirata di nervi, viste le tante espulsioni (e il gioco falloso) delle prime due sfide. Con un successo i capitolini allenati dall'ex campione della Nazionale Alessandro Calcaterra (bronzo olimpico ad Atlanta '96) chiuderebbero il cerchio di una stagione spettacolare, dominata fin dall'inizio con 1a sola sconfitta e tanti ragazzi lanciati nella pallanuoto che conta.

Bogliasco di coach Magalotti (due volte campione d'Italia da giocatore), d'altra parte, spera di portare nel massimo campionato anche la formazione maschile dopo l'exploit in Serie A1 femminile delle sue ragazze, fermate ai quarti di finale dall'altra squadra di vertice della Capitale, la SIS Roma.



Italia senza paura «Sarà una bolgia Resteremo uniti»

Azzurri con l'Ungheria nei quarti alle 21 Il c.t. Campagna: «Colpire senza subire»

di Stefano Arcobelli inviato a budapest La notte della verità.

L'Ungheria nella pallanuoto è come il Brasile nel calcio. E la piscina Hajos dell'Isola Margherita sul Danubio stasera si trasformerà in un piccolo Maracanà per i quarti contro il Settebello. Se gli ungheresi sono i giocolieri, gli azzurri sono i detentori e vantano più titoli (4-3) anche se meno ori olimpici (9-3) ed europei (13-3). L'Ungheria è reduce dal bronzo di Tokyo, il Settebello da un' incompiuta. In questo torneo il Settebello ha perso nel girone dalla Spagna, l'Ungheria ha vinto il suo girone battendo il Montenegro. Tre anni fa i ragazzi di Sandro Campagna respinsero in semifinale i rivali di stasera (12-10): noi d'oro, i magiari quarti.

Corsi e ricorsi. L'Italia - rinnovata di 7 giocatori e con 5 al debutto -, sogna di sbancare contro la nazionale di casa come la prima volta 40 anni fa. «Già, imprese ne sono già state fatte a Budapest, possiamo ripeterci - ricorda il c.t.

-: lo ho avuto la fortuna di giocare in questa piscina tantissime volte. Ho fatto parte della squadra che la prima volta ha vinto contro l'Ungheria, nel 1982. Poi agli Europei 2001 contro i campioni olimpici di Sydney vincemmo la semifinale (8-7, ndr). Quindi le imprese si possono fare. E' difficile, lo sappiamo. L'Ungheria è forte, negli ultimi anni ha vinto l'oro europeo, il bronzo alle Olimpiadi, è rimasta la stessa con Spagna e Grecia: 3 squadre che hanno cambiato meno di tutte e hanno un gioco più collaudato nell'anno post-olimpico. Sarà una partita bella da giocare ma soprattutto da vincere. Bisogna essere cinici, colpire e non subire: la pressione e l'emozione devono ricadere su di loro».

Fattore tifo L'Ungheria è favorita dal fattore ambientale: sarà una bolgia ma Campagna osserva che «dobbiamo essere bravi tatticamente, nella gestione della partita. Potrebbero incartarsi da soli...Sarà fondamentale comunicare nel frastuono, i ragazzi non dovranno perdere la testa, ma rispettare il piano partita e fare correzioni in corsa senza disunirsi. L'unione farà la differenza». Tutto in una notte, perché è sempre quella dei quarti la partita più delicata, la vera sfida senza appello: «Abbiamo margini di miglioramento pazzeschi. Vorrei un quarto come contro la Grecia nei quarti del 2019: quando incontri una squadra forte puoi avere la paura di perdere, qui cominciano 3 anni di sfide dure, decisive. L'Italia è forte come la Serbia, l'Ungheria, la Croazia».

Questo Settebello lo fa emozionare tanto, «altrimenti me ne starei al mare». E pensa alle contromosse del tecnico rivale che ci conosce bene, Tamas Marcz: «E' stato un mio giocatore, lui è italiano-ungherese, si è italianizzato. Fa cose tipiche italiane. Io penso alla coesione dei miei, l'alchimia è un lavoro continuo, giornaliero. La predisposizione di questi ragazzi c'è ed è totale. La spavalderia, la voglia



La Gazzetta dello Sport

FIN - Campania

di giocare, lo spirito possono fare la differenza. Il mio entusiasmo dopo 40 anni è sempre lo stesso». Uno che potrà capire gli avversari è il difensore Luca Damonte, che gioca nel Ferencváros: «Le parole tecniche in ungherese ormai le so: tipo attacca, chiudi, tira, spero di intercettarle ma sarà una bolgia. In nazionale ci sono 5 compagni di club, loro hanno Zalanki del Recco... Questa è una partita che ogni giocatore sogna di giocare. E possiamo vincerla: daremo tutto, per noi è la vita».

TEMPO DI LETTURA 2'44"

Donne

Setterosa in semifinale Domani alle 16 gli Stati Uniti

Il ritorno tra le prime 4 del mondo. Al Setterosa non succedeva dai Mondiali del 2015 (bronzo a Kazan), per non dire dell'argento olimpico di Rio 2016, dove si arrese solo agli Usa imbattuti e rivali di domani alle 16 nella semifinale di Budapest. Di quella nazionale le reduci sono 5: Roberta Bianconi (ora a supporto alla difesa, 1 gol ieri), Giulia Emmolo (1), Elisa Queirolo, Chiara Tabani (2) e Laura Teani, subentrata ieri in porta nella goleada dei quarti contro la Francia 17-7 ma Carlo Silipo ormai le preferisce Caterina Banchelli. Questo è un altro Setterosa che si esalta per la sestina di Sofia Giustini, 2003, ligure di Arenzano di stanza a Roma. Un'avventura con 14 reti per Sofia, ex nuotatrice che scelse dopo 11 anni in piscina la pallanuoto perché «mi annoiavo, lo sport di squadra mi ha sempre entusiasmato. Vincevo le gare regionali, facevo dorso, poi rana, ora mi serve lo stile libero. Non volevo giocare a pallanuoto, pensavo fosse un gioco da maschiacci...». Sofia a proposito dell'incrocio contro le statunitensi, è pronta: «E' meglio confrontarci e per stoppare la loro striscia di vittorie, sarebbe l'emozione di più forte». Pensieri in grande: «Sono emozionata, è il mio primo Mondiale, la mia prima semifinale». Ma che non si accontenta. Conferma Silipo: «Sarà una rissa di strada, una lotta per la sopravvivenza».

s.a. TEMPO DI LETTURA 1'19"



«La voglia di faticare è il segreto azzurro Greg è un fenomeno»

Gianmario Bonzi

Il mito del fondo azzurro è sempre in grande forma.

Fisica e mentale. Viola Valli da Varese, classe '72, 4 titoli Mondiali e uno europeo, la regina assoluta delle acque libere pre-Giochi Olimpici, oggi continua ad allenarsi praticando diversi sport, segue l'azienda di famiglia nell'ambito delle pratiche per auto e nel frattempo si è anche laureata in Lettere Moderne con un successivo master in Management dello sport alla Università Bicocca di Milano.

Valli, il "suo" fondo è una miniera inesauribile.

Perché?

«La nostra scuola ha sempre funzionato, con tecnici eccellenti, sempre alla ricerca della novità per migliorare ogni singolo aspetto. Oggi siamo bravi anche nelle gare più corte, una sorta di novità rispetto al passato lontano. Siamo un po' la Nazione da copiare sotto tanti aspetti. Tra l'altro ci sono ancora certi allenatori presenti già quando nuotavo io, hanno trovato la nuova carta vincente e si sono messi in discussione, come gli stessi atleti, del resto.

Poi aggiungo che gli italiani hanno tanta voglia di faticare e questo è molto importante nel fondo. Esistono degli sport predominanti da sempre nel nostro Paese, come la scherma. Ecco, nel fondo azzurro non si sono mai creati grossi vuoti».

Allenamenti e strategie cambiate rispetto ai suoi tempi?

«C'è sempre un'evoluzione nelle metodologie.

Adesso viene riservata molta più attenzione anche all'aspetto psicologico e mentale, alla gestione dello stress. Io in realtà lo consideravo molto importante, ho sempre lavorato a 360°, forse ero una mosca bianca, all'epoca.

Per il resto, tutto si evolve».

Ma si passa sempre dalla piscina?

«Inevitabile. Prima servono i fondamentali e il bambino non lo porti a nuotare subito nel mare o nel lago.

Poi certo resta uno sport più difficile, perché la situazione, continua a cambiare. Non è mai uguale a sé stesso. Ma gli stessi fondisti si allenano in piscina quasi sempre, non altrove.

Io lo facevo per il 90%, dovevo monitorare le distanze, i tempi e diversi fattori che in piscina controlli meglio. Nel mare e nel lago impari a cambiare in base alle situazioni. Ma l'allenamento in senso stretto lo porti avanti in corsia».



E le temperature fanno la differenza...

«Io ho spaziato dai 16 gradi di un lago in Finlandia, per gli Europei del 2000, ai 30-31 nelle acque del Mar Rosso a Sharm el-Sheikh.

Poi dipende comunque dalla singola persona. Io son sempre andata più forte nell' acqua calda, ma perché resto freddolosa di natura. Per questo i laghi non mi sono mai piaciuti.

Avevo anche una sudorazione tutta mia, leggerissima, che è stato un immenso vantaggio. Quando facevo le gare lunghe preparavo 2-3 bottiglie da 1 litro di acqua o integratori, le mie avversarie 6-7, per me folle! Le poche gare che ho disputato male son state quelle con temperatura dell' acqua a 16°, anche se ero preparata. Ma il freddo ti blocca i muscoli, la circolazione periferica, non hai più sensibilità e a un certo punto non lo senti nemmeno più. A volte svenivo dopo le gare in quelle condizioni, nonostante la grande preparazione specifica».

E sulla 10km odierna a Lupa Lake come andrà a finire, tra maschi e femmine?

«Spero e credo bene, non mi sbilancio perché mi sembrerebbe di gufare.

Chiaro, Paltrinieri ha già fatto tante gare e molto impegnative, spero che sia veramente carico e gestisca le energie al meglio. Lo conobbi da adolescente, tanti anni fa, quando allenavo i giovani, lo vedevo in piscina, anche ai campionati regionali. Era già un ragazzo eccezionale, umile. Lo osservavo molto e mi dicevo: «Questo qua diventerà un fenomeno».

PALLANUOTO/AZZURRI PER L'IMPRESA CON L'UNGHERIA, RAGAZZE IN SEMIFINALE

Settebello, fai come il Setterosa

Emanuele Mortola

Tutto facile per il Setterosa che, battendo nettamente la Francia, è entrato a vele spiegate nelle semifinali; ma domani si troverà di fronte la nazionale Usa, oro olimpico e mondiale, che ha superato per 13-8 la Spagna, oro europeo. Le campionesse statunitensi sembrano imbattibili, ma anche se l'Italia si dovesse arrendere avrebbe ancora la possibilità di puntare al podio con la "finalina". La partita di ieri è durata poco più di un tempo con la Francia che ha pareggiato per tre volte il vantaggio del Setterosa.

Poi, però, l'Italia ha cambiato marcia. «Siamo tra le prime 4 squadre al mondo e questa è una grande soddisfazione - commenta Carlo Silipo - in realtà non sono del tutto contento: abbiamo sbagliato l'approccio alla gara, poi ci sono state alcune sbavature difensive e qualche errore di troppo. Dobbiamo giocare da squadra e da ora in poi non si può sbagliare niente».

E questa sera tocca al Settebello che alle 21 affronta l'Ungheria nei quarti con diretta tv su Rai 2.

L'avversario è fortissimo e l'ambiente certamente proibitivo; per non lasciarci le penne all'Italia serve la partita perfetta, la partita capolavoro. Ma Alessandro Campagna di capolavori ne ha già fatti tanti, chissà che non gli riesca anche questo.

ITALIA-FRANCIA 17-7 (3-2, 4-1, 6-1, 4-3).

ITALIA : Teani, Tabani 2, Marletta 2, Avegno 3, Queirolo, Giustini 6, Picozzi 1, Bianconi 1, Emmolo 1, Palmieri, Galardi, Viacava 1, Banchelli; c. t. Silipo.

FRANCIA : Vidal, Millot 1, Fitaire, Bouloukbachi, Guillet 4 (1 rigore), Benlekbir, Dhaulluin, Battu, Vernoux 2, Bahia, Radosavljevic, Daule, Collas; c. t. Bugeaud.

ARBITRI : Painchaiud (Canada) e Savinovic (Croazia).

NOTE . Superiorità numeriche: Italia 5-8, Francia 0-5; espulsa per raggiunto numero di falli Bahia nel 4° tempo.

