



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
COMITATO REGIONALE CAMPANIA

FIN - Campania
lunedì, 29 luglio 2019

FIN - Campania

29/07/2019	Il Mattino	Pagina 19	<i>f.d.l</i>	3
«A Napoli la pallanuoto come il San Carlo è un patrimonio culturale da difendere»				
29/07/2019	La Gazzetta dello Sport	Pagina 25		4
Benedetta è l'italia che nuota nel futuro				
29/07/2019	La Gazzetta dello Sport	Pagina 28		5
Incredibile baby pilato a 14 anni è d' argento bastano 30" per stupire				
29/07/2019	La Gazzetta dello Sport	Pagina 29		7
«Sono venuta qui da sconosciuta Ma ho tremato solo sul podio...»				
29/07/2019	La Gazzetta dello Sport	Pagina 31		9
Bronzo amaro Greg, beffa all' ultima vasca «Ci ho provato, ma ero cotto»				
29/07/2019	Corriere dello Sport (ed. Campania)	Pagina 1		11
BENEDETTA SEI UNA FAVOLA				
29/07/2019	Corriere dello Sport (ed. Campania)	Pagina 32		12
Carraro quinta La 4x100 mista ai piedi del podio				
29/07/2019	Corriere dello Sport (ed. Campania)	Pagina 32		13
CHE TU SI BENEDETTA ARGENTO!				
29/07/2019	Corriere dello Sport (ed. Campania)	Pagina 35		15
GREG GIÙ DAL TRONO «NON NE AVEVO PIÙ»				

«A Napoli la pallanuoto come il San Carlo è un patrimonio culturale da difendere»

f.d.l

IL PRESIDENTE FIN Un messaggio di complimenti e non solo. Paolo Trapanese, portiere della Nazionale che perse l'oro mondiale dopo 8 tempi supplementari contro la Jugoslavia a Madrid nell'86, avvocato e presidente del Comitato campano della Fin, ha scritto un sms a uno dei neo campioni, Alessandro Velotto. Sono cresciuti nello stesso circolo, la Canottieri. «E Alessandro ha partecipato ai corsi di tutoraggio del club per fare crescere gli atleti anche dal punto di vista culturale. Mi dispiace che non sia riuscito a laurearsi in Ingegneria meccanica e per questo lo invito a tornare a Napoli, affinché possa dare un segnale». Velotto è da un anno alla Pro Recco, dove ha vinto lo scudetto, ed è fresco campione del mondo. Il ritorno a casa sembrerebbe un passo indietro. «Alessandro aveva iniziato a studiare con Umberto Esposito, suo compagno che si è laureato ed è già avviato verso un'esperienza professionale. Credo che tornando qui e laureandosi, Velotto diventerebbe testimone di una straordinaria esperienza non soltanto sportiva per i giovani del territorio: farebbe capire che non è solo importante vincere ma anche farsi spazio nella vita», dice Trapanese.

POLO PER IL SUD Quando era portiere della Canottieri, lui rinunciò a spostarsi da Napoli «perché stavo completando gli studi in Giurisprudenza e mi avvicinavo al mondo del lavoro. È una linea che abbiamo successivamente seguito alla Canottieri e i risultati, non solo sportivi, si sono visti. Nulla accade per caso anche nel centro sportivo Albricci, dove la cooperazione tra l'Esercito, il Coni e 8 federazioni è preziosa per il territorio. E lo stesso avviene presso il Centro di eccellenza federale presso la piscina Scandone. Ci stiamo già confrontando con il Comune di Napoli affinché in questo rinnovato impianto i progetti tecnici possano essere più che mai rafforzati». Un polo per la Campania e anche per il Sud. Le 15 medaglie conquistate nei Mondiali hanno una spiegazione tecnica e scientifica. Sottolinea Trapanese: «È lo sviluppo di un lavoro coordinato dal Settore istruzione tecnica della Federnuoto, diretto da Roberto Del Bianco, dove si formano i tecnici e i dirigenti. La programmazione è la base di tutto, come ci insegnarono Fritz e Bubi Dennerlein negli anni 70, quando rientrarono dagli Stati Uniti e imposero un modello sportivo e culturale». Ma Napoli, adesso, non riesce più a vincere e i suoi campioni emigrano. «La Pro Recco conquista gli scudetti, però non vince in Europa. Velotto va alla Pro Recco per una politica alterata, anzi dopata. Qui dobbiamo coltivare la tradizione, i pallanuotisti di circoli come Canottieri e Posillipo devono essere tutelati come il corpo di ballo del teatro San Carlo: perché anche lo sport è cultura», dice il presidente della Fin Campania. «Come intervenire? Con vincoli sportivi, le istituzioni devono rendersi conto del ruolo che un circolo ha nella formazione degli atleti e quindi gli investimenti non vanno fatti per acquistare una sede, ma per incrementare questa crescita. Funziona se c'è un progetto alle spalle, come è accaduto per Sport ed Esercito un futuro per Napoli allo stadio Albricci, dove la consistenza del nostro lavoro è stata apprezzata in maniera tangibile da Demanio e Cortei dei Conti». . © RIPRODUZIONE RISERVATA.



l'argento ai mondiali

Benedetta è l'Italia che nuota nel futuro

A 14 anni (e mezzo) nella vita puoi fare tante cose: chattare dalla mattina alla sera (scontato), divertirti con gli amici in discoteca (facile), andare bene al liceo (più difficile). Praticamente impossibile pensare di andare a un Mondiale assoluto di nuoto, zeppo di campioni affermati, per vincere una medaglia. Benedetta Pilato, che non ama chattare né andare in discoteca, ha compiuto un'impresa considerata impossibile e comunque inedita per una ragazza della sua età: è andata a Gwangju in Sud Corea a vincere una medaglia d'argento dei 50 rana ai Mondiali di nuoto. Lei che viene da una città difficile e senza tradizioni natatorie come Taranto, che deve fare 62 chilometri (andata e ritorno) per allenarsi tutti i giorni nella piscina più vicina, a Pulsano, che è entrata in vasca con improbabili capelli bicolori dopo il rito da matricola azzurra, ha realizzato un'impresa che vale già una carriera. Benedetta era la più giovane italiana mai qualificata a un Mondiale e anche la seconda più giovane di tutti gli iscritti alla rassegna coreana ma non si è spaventata, dalle batterie (dove ha ottenuto il record italiano) alla finale, di trovarsi in mezzo a nuotatrici adulte che si scannano da anni perfino per un posto in finale. La carriera mondiale di SuperBenny, già oro europeo juniores, parte direttamente con un argento che ha ottenuto mettendosi alle spalle una fuoriclasse affermata come la russa Efimova dopo una rimonta vorticosa che l'ha portata a soli 6 centesimi dalla fuoriclasse imbattibile Lilly King. Passato lo stupore, noi ci siamo chiesti subito cosa può passare nella testa di una ragazza che al primo colpo centra un traguardo sfuggito perfino alla divina Pellegrini e alla precocissima Calligaris, con quale spirito dal 20 al 25 agosto parteciperà ai Mondiali juniores di Budapest che potevano essere già troppo precoci per una quattordicenne. Ma poi Benedetta al microfono ha parlato con i termini e le espressioni di una campionessa consumata: ha pianto un po', ha gioito nel modo giusto, è andata alla premiazione ed è tornata al microfono senza rimpianti per aver perso. Zero sfrontatezza mai piglio che deve avere una italiana di oggi che ha bruciato consapevolmente le tappe, va benissimo a scuola e non si preclude nessun traguardo. Forse in futuro ci abitueremo a vedere ragazze così sicure di sé ma intanto dobbiamo pensare che, nella ginnastica e nel pattinaggio su ghiaccio, non è neanche consentito alle quattordicenni la partecipazione ai Mondiali. Insomma, chi poteva pensare che nel nuoto spuntasse una medagliata così giovane. Per giunta italiana staremmo per dire, ma invece sta proprio qui il segreto: l'Italia degli sport acquatici ha concluso ieri il più grande Mondiale della sua storia con 4 ori, 6 argenti e 5 bronzi che superano per qualità (non per quantità) il precedente record di due anni fa a Budapest. Siamo una potenza e continueremo a celebrare Pellegrini, Quadarella e Paltrinieri. Ma scusateci se, per un giorno, una quattordicenne pugliese ci sembra la migliore immagine di questa Italia che guarda al futuro e ci rappresenta nel mondo al pari della moda e dell'arte.



Benedetta

Incredibile baby pilato a 14 anni è d'argento bastano 30" per stupire

Nei 50 rana la tarantina è battuta dalla King e diventa la più giovane medagliata azzurra nel nuoto

Benedetta figlia del Sud. L'orgoglio di Taranto e di un nuoto azzurro estasiato da questa piccola Benny delle meraviglie. La Pilato dalle mani d'argento va in presa veloce, sta alta in acqua, sembra una piccola Peaty (marziano vero) e a 14 anni e 194 giorni sbalordisce il mondo nei 50 rana senza neanche dover ripetere o migliorare il tempo del suo record italiano delle batterie di 29"98, 9° crono della storia. E nella storia d'Italia nei Mondiali di ogni sport, Benny è già entrata così. Silenziosamente, di prepotenza. Alla più precoce azzurra a medaglia bastano 30" netti per spaventare la padrona della specialità più tecnica, Lilly King, ragazzotta dell'Indiana, oro per 16 centesimi, e battere di 15 la pluridecorata Efimova. L'Italia ha una nuova baby da coccolare, l'ultima era stata Federica Pellegrini che aveva già 16 e 12 giorni quando nel 2004 si rivelò al mondo con l'argento olimpico nei 200 sl ad Atene. Benedetta ha confezionato la sorpresa più inattesa dopo quella di Regan Smith, che ha 3 anni più dell'azzurrina e ieri ha infranto il muro dei 58" nei 100 dorso. Quando la impostarono le fecero provare il dorso «ma mi si fermarono le braccia». Era nata per fare la ranista, casta eletta nel nuoto, perché, come dice il suo allenatore, Vito D'Onghia, rimasto a casa affidandola al coach di Miressi, Antonio Satta, è «muscolarmente una velocista, pura fibra bianca». Direttamente catapultata dagli Europei dei piccoli, dove ha vinto l'oro, si ritrova sul podio iridato. Fino ad aprile su di lei c'era la supervisione di Max Di Mito, il mentore che ha portato al successo Fede, che in palestra, sfruttando queste doti genetiche fondamentali, l'ha sottoposta a lavori di forza massimali e puntato sugli aspetti esplosivi della forza in acqua, sul ritmo della bracciata, per costruire la gara di una vasca, la specialità non olimpica. Ora, per l'obiettivo Giochi, dovrà incrementare il carico sulla distanza doppia, lavorando sugli equilibri lunghi, dove mostra già qualità. «Similitudini con Fede? Il lavoro fatto in palestra in questi anni - sottolinea Di Mito - non è altro che l'evoluzione di quello che all'epoca feci con Fede. La rana differisce dallo stile libero e quella moderna è una rana ad effetto forza». Se Novella Calligaris stampava record europei a 14 anni, la tarantina dopo l'irruzione mondiale diventa un nuovo asso da seguire. Fede esce dall'acqua mondiale per l'ultima volta e vede il segno del destino. Dalla Baby boom dello stile libero alla Baby boom della rana: «Benny? Anche se fa gare differenti rispetto alle mie e ai miei tempi, è una grandissima sorpresa. Non sono convinta che lei non se lo aspettasse... come dice la Di Liddo. Sapeva benissimo cosa voleva. Promette bene. Se mi rivedo in lei 14 anni? Difficile, è passato tanto tempo. Ricordo una grande consapevolezza, arrivai ad Atene col 1° tempo stagionale nei 100 stile libero e tornai a casa con la medaglia nei 200. Tutto inaspettato. Completamente. Mi sono buttata in acqua non sapendo cosa valesse. Non ero veramente conscia di quello che potevo fare. Secondo me lei sì, è più consapevole. Ai miei tempi, neanche io sembravo una 16enne, come dicevano gli altri. Io ero così, come ora, a parte gli occhiali». Benny esce dall'acqua insieme a Martina Carraro. La veterana, quinta, abbraccia la piccola: «Anche a me vengono le lacrime a vederla sul podio, non credo se ne renda conto. Ma sono molto contenta per lei, se lo merita, ha nuotato bene tutto l'anno i 50». Era partita a Riccione con un 30"61, ora ne ha davanti una sola, la mitica King. Cose dell'altro mondo. Folle di un nuoto italiano che scopre una ragazzina del Sud, dove la tradizione non è certo equiparabile a quella del Veneto, e la lancia sul mondo. E dire che ad aprile, dopo la qualificazione, si era dubitato



della forza in acqua, sul ritmo della bracciata, per costruire la gara di una vasca, la specialità non olimpica. Ora, per l'obiettivo Giochi, dovrà incrementare il carico sulla distanza doppia, lavorando sugli equilibri lunghi, dove mostra già qualità. «Similitudini con Fede? Il lavoro fatto in palestra in questi anni - sottolinea Di Mito - non è altro che l'evoluzione di quello che all'epoca feci con Fede. La rana differisce dallo stile libero e quella moderna è una rana ad effetto forza». Se Novella Calligaris stampava record europei a 14 anni, la tarantina dopo l'irruzione mondiale diventa un nuovo asso da seguire. Fede esce dall'acqua mondiale per l'ultima volta e vede il segno del destino. Dalla Baby boom dello stile libero alla Baby boom della rana: «Benny? Anche se fa gare differenti rispetto alle mie e ai miei tempi, è una grandissima sorpresa. Non sono convinta che lei non se lo aspettasse... come dice la Di Liddo. Sapeva benissimo cosa voleva. Promette bene. Se mi rivedo in lei 14 anni? Difficile, è passato tanto tempo. Ricordo una grande consapevolezza, arrivai ad Atene col 1° tempo stagionale nei 100 stile libero e tornai a casa con la medaglia nei 200. Tutto inaspettato. Completamente. Mi sono buttata in acqua non sapendo cosa valesse. Non ero veramente conscia di quello che potevo fare. Secondo me lei sì, è più consapevole. Ai miei tempi, neanche io sembravo una 16enne, come dicevano gli altri. Io ero così, come ora, a parte gli occhiali». Benny esce dall'acqua insieme a Martina Carraro. La veterana, quinta, abbraccia la piccola: «Anche a me vengono le lacrime a vederla sul podio, non credo se ne renda conto. Ma sono molto contenta per lei, se lo merita, ha nuotato bene tutto l'anno i 50». Era partita a Riccione con un 30"61, ora ne ha davanti una sola, la mitica King. Cose dell'altro mondo. Folle di un nuoto italiano che scopre una ragazzina del Sud, dove la tradizione non è certo equiparabile a quella del Veneto, e la lancia sul mondo. E dire che ad aprile, dopo la qualificazione, si era dubitato

La Gazzetta dello Sport

FIN - Campania

se esporla a uno scenario così difficile come quello mondiale. Ma Benny è riuscita a convincere e stregare tutti, e la scelta definitiva di convocarla anche tra i grandi non poteva risultare più felice. Ora e sempre, Benedetta domenica. TEMPO DI LETTURA 3'24"

La stellina

«Sono venuta qui da sconosciuta Ma ho tremato solo sul podio...»

L'azzurra tra studi e piscina: «Mi alleno dopo i compiti. Niente vacanze, ci sono i Mondiali jr. La cosa più bella è aver visto il mio idolo Peaty»

Travolta di domande, Benedetta Pilato ha una risposta per tutto. **Il primo pensiero dopo aver visto la posizione?** «Tanta emozione. La King mi vedeva sul podio che non riuscivo a stare ferma, e mi ha detto "tutto ok?". A un certo punto mi sono fermata e tremavo. Ero sconvolta. Credo sia normale. Anche grazie a questa tensione prima della gara ho ottenuto questo traguardo». Quanto si allena? «Due ore al giorno e 3-4 ore di palestra alla settimana. Non faccio i doppi allenamenti perché vado al liceo scientifico indirizzo scienze applicate. Vado a scuola, torno a casa, pisolino se non ci sono troppi compiti. E poi mi alleno dalle 19». **Come s'è fatta spazio così in fretta?** «In questo mondo ci sono da un anno. Non avevo mai seguito gare, non conoscevo nessuno, neanche le avversarie». Chi le ha dato i consigli giusti? «Tutti mi hanno detto le stesse cose: di stare tranquilla, di vivermi la finale, che era già un grande obiettivo. Ma per me non era abbastanza: volevo la medaglia». **Sul blocco cosa le passava per la testa?** «Non ero mai stata così tesa prima di una gara. Ma era la più importante». **Mamma e papà?** «Papà Salvatore lavora in Marina, mia mamma Antonella è commessa. Papà mi ha portato in piscina ma non voleva che facessi agonismo, sapeva quanti sacrifici bisogna fare. Il mio allenatore Vito li ha convinti perché facessi una gara, e non ho più smesso. Avevo 5 anni. Al contrario di mio fratello Alessandro che ha mollato a 10 anni per il calcio». **Quali sono i suoi sacrifici?** «Ogni giorno 31 km all'andata e altrettanti al ritorno per andare a Pulsano». **E i chilometri in acqua?** «Solo 5». Le cambierà la vita questo argento? «Un po' mi è già cambiata. Ma voglio prendere tutto col sorriso, altrimenti diventa faticoso». **E ora vacanze?** «No, ho i Mondiali juniores». **Dopo la medaglia tra le grandi?** «Ma tutte le esperienze mi aiutano a crescere».



La Gazzetta dello Sport

FIN - Campania

Da vicecampionessa mondiale com'è? «Bello e sconvolgente». **Segue altri sport?** «No. Papà è fissato con la sua Juventus e col tennis, mi costringe a vedere molte partite». **Scaramantica?** «Il giusto. Ho perso gli occhialini portafortuna ma ho preso lo stesso la medaglia». La sportiva più famosa di Taranto è Roberta Vinci, ora c'è lei... «L'ho conosciuta quando ero piccola, speriamo di portare in alto il nome della città». **La cosa più bella oltre la medaglia?** «Aver conosciuto l'idolo Peaty. Questa esperienza me la porterò per sempre». TEMPO DI LETTURA 1'55"

Bronzo amaro Greg, beffa all' ultima vasca «Ci ho provato, ma ero cotto»

Nei suoi 1500 Paltrinieri battuto da Wellbrock e Romanchuk «Non ho nuotato bene, però ai miei Mondiali do un 7.5»

Greg, punto e a capo. C'è una striscia che si allunga - dal 2013 ininterrottamente sul podio dei 1500 tra Mondiali, Olimpiadi ed Europei - ma per Gregorio Paltrinieri portare a quattro le medaglie mondiali ha un sapore diverso. Perché il colore è differente, e questo Greg non è più quello che saliva per la prima volta sul podio iridato di Barcellona. Ma bisogna farsene una ragione. E tener conto che ai Mondiali sudcoreani Greg ha dovuto dividersi tra fondo e piscina. Ha raccolto in sequenza: un sesto posto col pass olimpico nella 10 km (quindi una non medaglia), un argento in staffetta nel fondo, un oro negli 800 e ieri un bronzo nei suoi preferiti 1500 dietro il tedesco Florian Wellbrock, e l' ucraino Misha Romanchuk, rimasto d' argento come due anni fa a Budapest. E' Greg ad essere sceso di due gradini dopo una finale gestita come sempre alla sua maniera. Anche in vasca ha fatto la fine delle acque libere: ha provato ad andarsene ma i suoi attacchi non sono bastati e negli ultimi cento metri l' ha pagata, inesorabilmente. «Il voto? Mi do un 7.5 come media e considerando tutto: torno col set completo di medaglie, e ammetto di non aver nuotato bene, perché 14'38" lo avevo già fatto e chi ha vinto ha ottenuto tempi che io ho realizzato tante volte». Insomma un bronzo per chiudere la stagione complicata da un infortunio agli Us Open, che gli ha fatto perdere 10 giorni di allenamenti e un bel po' di chilometri: «Non voglio accampare scuse, ma ogni tanto il braccio mi faceva male». In una sfida a tre, sempre in linea per 28 vasche, Greg s' è spremuto, ci ha provato ma alla fine è stato battuto. Addio triplete, ora quelle prospettive sono rimandate direttamente ai Giochi di Tokyo 2020, dove le gare di fondo sono in programma dopo e non prima della vasca come ai Mondiali. E questo fattore è decisivo, tranquillizza coach Morini: «Greg è stato un marziano, alla fine era in riserva dopo due settimane così dure ma io sono contento, sia di lui che di Acerenza. Dopo gli 800, anche se me lo nascondeva, aveva quasi finito la benzina. La nuotata era più frenetica, incerta con il braccio sinistro: la spalla affondava infatti prima del gomito e della mano. Se a Tokyo farà il passaggio da 28" di Rio, quei due non avranno la birra per chiudere. Loro sanno che Greg ha questa carenza dell' ultimo 100, il 14'36 del tedesco non è impressionante, l' abbiamo quasi fatto a Riccione. A Greg deve andare tutto perfetto senza intoppi». Anche Greg, che l' 11 agosto sarà a Tokyo per provare il bacino olimpico prima di staccare godendosi una settimana in barca in Croazia, ammette: «Ho pagato la stanchezza di troppe gare. Forse da un po' non sono il più forte. L' anno scorso avevo perso agli Europei, avevo perso quest' inverno in vasca corta dove ero arrivato secondo, c' è molta competizione. Sapevo che quei due erano forti, i più forti, i più agguerriti, quelli con cui me la sarei giocata. Ma ci sono gare in cui a volte stai meglio e altre in cui stai peggio. Ho dato il cento per cento e non è bastato, ma questo non è il tempo che mi appartiene. Il fondo era un' esperienza che andava fatta per sapere come sarebbe andata a finire. Sì, sono arrivato cotto. E' la prima volta in cui perdo veramente, ma non mi sento così deluso. È solo una sensazione strana. Però è più il rammarico perché sapevo di essere in una buona condizione e di non essere riuscito ad esprimermi». Quel 7'48" troppo lento agli 800 faceva presagire che quei due l' avrebbero sorpassato. «Ma l' hanno prossimo sarà un' altra battaglia». Questa battaglia gli ha solo dato dei parametri: «Wellbrock non ha vinto in 14'22" ma in 14'36" per cui non mi preoccupa anche se è arrivato primo. Il miglior Greg



La Gazzetta dello Sport

FIN - Campania

quel tempo lo farebbe, ma in fondo non devo pensare agli altri bensì solo a me stesso». E un altro oro l'aveva già preso... TEMPO DI LETTURA 3'21"

Corriere dello Sport (ed. Campania)

FIN - Campania

BENEDETTA SEI UNA FAVOLA

Eccezionale impresa della Pilato, seconda nei 50 rana: è la più giovane medaglia del nostro nuoto. Paltrinieri, bronzo nei 1500 Benedetta Pilato si tuffa nella storia del nuoto con i capelli a due colori, biondi e castani, un sorriso e una maturità disarmanti. Anno di nascita 18 gennaio 2005: argento mondiale nei 50 rana a 14 anni. Meglio di Novella Calligaris, di Federica Pellegrini, di Stefano Battistelli. Semplicemente un mito. 32-35.



Carraro quinta La 4x100 mista ai piedi del podio

NUOTO FINALI - Uomini - 1500 sl: 1. Wellbrock (Ger) 14'36"54; 2. Romanchuk (Ucr) 14'37"63; 3. PALTRINIERI 14'38"75; 4. Aubry (Fra) 14'44"72; 5. Christiansen (Nor) 14'45"35; 6. ACERENZA 14'52"05; 7. Frolov (Ucr) 15'01"04; 8. Norgaard (Dan) 15'20"47. **50 dorso:** 1. Waddell (Saf) 24"43; 2. Rylov (Rus) 24"49; 3. Kolesnikov (Rus) 24"51; 4. Murphy (Usa) 24"53; 5. Andrew (Usa) 24"58; 6. Xu (Cin) 24"64; 7. Glinta (Rom) 24"67; 8. Christou (Gre) 24"75. **400 misti:** 1. Seto (Jap) 4'08"05; 2. Litherland (Usa) 4'09"22; 3. Clareburt (Nzl) 4'12"07; 4. Pons (Spa) 4'13"30; 5. Bernek (Ung) 4'13"83; 6. Shemberev (Aze) 4'14"10; 7. Litchfield (Gbr) 4'14"75; 8. Knipping (Ola) 4'17"06. **4x100 mista:** 1. Gran Bretagna 3'28"10; 2. Usa 3'28"45; 3. Russia 3'28"81; 4. Giappone 3'30"35; 5. Australia 3'30"42; 6. Brasile 3'30"86; 7. Cina 3'31"61; 8. Germania 3'32"86. **Donne - 50 sl:** 1. Manuel (Usa) 24"05; 2. Sjoestroem (Sve) 24"07; 3. C. Campbell (Aus) 24"11; 4. Blume (Dan) 24"12; 5. Kameneva (Rus) 24"31; 6. Kromowidjojo (Ola) 24"35; 7. Hopkin (Gbr) 24"40; 8. B. Campbell (Aus) 24"48. **50 rana:** 1. King (Usa) 29"84; 2. PILATO 30"00; 3. Efimova (Rus) 30"15; 4. Atkinson (Jam) 30"34; 5. CARRARO 30"49; 6. Hansen (Aus) 30"84; 7. Elendt (Ger) 31"06; 8. Hulkko (Fin) 31"23. **400 misti:** 1. Hosszu (Ung) 4'30"39; 2. Ye (Cin) 4'32"07; 3. Ohashi (Jap) 4'32"33; 4. Pickrem (Can) 4'36"72; 5. Overholt (Can) 4'37"42; 6. McHugh (Usa) 4'38"34; 7. Jakabos (Ung) 4'39"15; 8. Lesaffre (Fra) 4'39"68. **4x100 mista:** 1. Usa 3'50"40; 2. Australia 3'53"42; 3. Canada 3'53"58; 4. ITALIA 3'56"50 (Panziera 59"77; Carraro 1'06"87; Di Liddo 57"33; Pellegrini 52"53) (RI; prec Italia 3'57"00 9/8/2018 Glasgow); 5. Cina 3'57"11; 6. Giappone 3'58"14; 7. Svezia 3'58"39; 8. Gran Bretagna 3'59"38. **BATTERIE - Uomini - 400 misti:** 1. Seto (Jap) 4'12"27; 2. Knipping (Ola) 4'13"46; 3. Litherland (Usa) 4'13"78. **4x100 mista:** 1. Russia 3'30"72; 2. Usa 3'31"93; 3. Giappone 3'32"34; 13. ITALIA 3'35"23 (Sabbioni 54"82; Martinenghi 59"48; Burdisso 52"10; Frigo 48"83) (el). **Donne - 400 misti:** 1. Hosszu (Ung) 4'35"40; 2. Ohashi (Jap) 4'37"23; 3. Ye (Cin) 4'37"66; 16. CUSINATO 4'43"27. **4x100 mista:** 1. Usa 3'55"39; 2. Australia 3'58"19; 3. ITALIA 3'38"35 (Panziera 1'00"56; Castiglioni 1'06"68; Bianchi 58"04; Pellegrini 53"57) (q).

32 **NUOTO** | MONDIALI A GWANGJU

Chiusura fantastica per l'Italia

CHE TU SIA BENEDETTA ARGENTO!

Ad appena 14 anni la Pilato sale sul podio del 50 rana: perfino meglio della Calligaris! E pensare che c'era chi non voleva portarla!



LA PILOTTA Benedetta Pilato, 14 anni, è la più giovane atleta italiana a vincere una medaglia ai Mondiali. Ha conquistato l'argento nel 50 rana, con il tempo di 30"00, superando la campionessa usata King (29"84) e precedendo la campionessa italiana Calligaris (30"49). La notizia è stata accolta con entusiasmo da tutti, ma non da tutti. C'era chi non voleva portarla, perché era ancora una ragazzina. Ma ora è una campionessa.

LA PILOTTA Benedetta Pilato, 14 anni, è la più giovane atleta italiana a vincere una medaglia ai Mondiali. Ha conquistato l'argento nel 50 rana, con il tempo di 30"00, superando la campionessa usata King (29"84) e precedendo la campionessa italiana Calligaris (30"49). La notizia è stata accolta con entusiasmo da tutti, ma non da tutti. C'era chi non voleva portarla, perché era ancora una ragazzina. Ma ora è una campionessa.

LA PILOTTA Benedetta Pilato, 14 anni, è la più giovane atleta italiana a vincere una medaglia ai Mondiali. Ha conquistato l'argento nel 50 rana, con il tempo di 30"00, superando la campionessa usata King (29"84) e precedendo la campionessa italiana Calligaris (30"49). La notizia è stata accolta con entusiasmo da tutti, ma non da tutti. C'era chi non voleva portarla, perché era ancora una ragazzina. Ma ora è una campionessa.

Chiusura fantastica per l'Italia

CHE TU SI BENEDETTA ARGENTO!

Ad appena 14 anni la Pilato sale sul podio dei 50 rana: perfino meglio della Calligaris! E pensare che c'era chi non voleva portarla

di Paolo de Laurentiis INVIATO A GWANGJU Benedetta Pilato si tuffa nella storia del nuoto con i capelli a due colori, biondi e castani, un sorriso e una maturità disarmanti. Anno di nascita 18 gennaio 2005: argento mondiale nei 50 rana a 14 anni. Meglio di Novella Calligaris, di Federica Pellegrini, di Stefano Battistelli. Semplicemente un mito. Benny («Mamma qualche volta mi chiama Benedetta: solo quando si arrabbia») nuota nella corsia 3, vicino a lei c'è Lilly King, due ori olimpici e cinque mondiali. La differenza non si vede: Benedetta, anzi Benny, parte bene ed esce solo leggermente dietro, dopo i 30 metri sembra addirittura prima ma il finale è dell'americana che arriva, si gira verso l'azzurra, scoppiata in lacrime, e le chiede «Tutto ok?». Sì che è tutto ok, mai nessuno aveva fatto una cosa del genere. LA SCELTA. E pensare che avrebbe potuto non esserci: qualificata nei trial di aprile, in Federazione hanno ragionato parecchio sull'opportunità di portarla o meno al Mondiale. Il partito del no sosteneva che si correva il rischio di bruciarla nel caso fosse andata male. Anche perché si presentava con il terzo tempo di iscrizione. In più il suo calendario di attività giovanile era già pienissimo. Ha prevalso il partito del sì: la qualificazione se l'era guadagnata sul campo, i 50 rana si fanno ai Mondiali e non alle Olimpiadi e non era giusto negarle un traguardo così grande, a prescindere dalla medaglia. L'importante era vivere la cosa come uno stimolo, un premio per una stagione straordinaria, piuttosto che come un peso di dover dimostrare qualcosa anche a Gwangju. DI GHIACCIO. C'era mille motivi per farsela addosso, proviamo a elencarli tutti. Che poi sono quelli che - a rotazione - sentiamo quando si parla di controprestazioni degli atleti più navigati: per lei potevano valere tutti insieme. L'esperienza: non aveva mai gareggiato in un contesto del genere. L'attesa: i 50 rana hanno praticamente chiuso i Mondiali, è partita con la squadra e ha visto vincere o perdere tutti disperdendo energie (chiedere alla staffetta mista 4x100 maschile, in programma sempre all'ultimo giorno, che da anni non ne imbrocca una). La pressione: su una gara secca fai il colpaccio e te ne vai, ma Benny ha nuotato il record italiano nelle eliminatorie (primo tempo) ed è entrata in finale col terzo tempo. Non era più una sorpresa per nessuno, soprattutto per le avversarie. La condizione fisica: non ha preparato questo Mondiale, ha lavorato per l'attività giovanile e infatti poche settimane fa ha vinto l'oro di categoria a Kazan e a fine mese gareggerà anche ai Mondiali giovanili. SERENITA' E AMBIZIONE. Impegnata in una singola gara, si è vista pochissimo nei giorni scorsi. Si è curato di lei Antonio Satta, tecnico federale che allena Miressi, primatista italiano dei 100 stile libero. Dall'arrivo a Gwangju non ha mai mostrato segni di nervosismo, fatta eccezione per ieri mattina, il giorno della finale: di poche parole a colazione e comprensibilmente tesa per l'appuntamento con la storia. Ma fino al giorno prima, zero assoluto. Dopo la semifinale ha un po' scoperto le sue carte. A domanda: «Che idea ti sei fatta per la finale?», ha risposto: «Per la medaglia? Già che sono lì...» FUTURO. Questo è il vero nodo. La rana, tecnicamente, è complessa: i muscoli contano, la coordinazione ancora di più. Crescendo - anche se Benny è tutt'altro che una bambina dal punto di vista fisico - certi automatismi possono complicarsi



Corriere dello Sport (ed. Campania)

FIN - Campania

soprattutto per lei che, nuotando con una frequenza altissima, sembra quasi una palla da bowling che rotola sul pelo dell' acqua. In più, è tarata su una distanza che non è nel programma olimpico: dovrà lavorare sui 100 (quinta agli europei giovanili) aumentando la resistenza senza perdere le caratteristiche che ieri l' hanno fatta entrare nella storia. Farlo con un argento mondiale al collo sarà più facile.

Il campione olimpico e bi -campione iridato in carica cede nei "suoi" 1500

GREG GIÙ DAL TRONO «NON NE AVEVO PIÙ»

Paltrinieri terzo alla sua quarta finale in Corea «Era messo un po' in conto»

Stavolta si perdona. Il terzo posto nei 1500 per Gregorio Paltrinieri potrebbe sembrare il minimo sindacale, soprattutto dopo l'oro degli 800. Generalmente non si tratta troppo bene dopo una sconfitta (ammesso che un bronzo mondiale lo sia), ieri invece era particolarmente sereno. Non è stata una stagione facile: l'infortunio al gomito con stop forzato di 15 giorni a maggio ha tolto sicuramente qualcosa («Lo dico ora a gare finite: sto facendo fisioterapia perché a volte sento dolore ma non voglio trovare scuse») e il Mondiale coreano per lui è stato lunghissimo. La 10 chilometri, la staffetta 4x1250 (argento), gli 800 (oro) e il bronzo di ieri nei 1500. Il tedesco Wellbrock ha piantato la bandierina lì dove vorrebbe piantarla lui: due vittorie tra 10 km e 1500. La rivincita a Tokyo ma da Gwangju si va via senza rimpianti: «Wellbrock e Romanchuk sono stati più bravi. Io non ne avevo più. Tra batteria e finale degli 800 avevo avuto buone sensazioni, in questi 1500 molto meno. Ma ho dato tutto, loro sono stati più bravi: ho provato a staccarli dopo essere partito non troppo forte ma non sono mai riuscito a trovare il ritmo giusto. Sapevo che se li avessi avuti vicino negli ultimi metri sarei arrivato terzo». Non c'è un motivo in particolare, piuttosto una serie di cose: «Non penso sia dipeso dall'infortunio: piuttosto tra gare in acque libere e in vasca, in pratica non mi alleno da 20 giorni. O viaggio, o gareggio, o recupero. Wellbrock, che ha vinto la 10 chilometri, non ha fatto staffette in acque libere e ha completamente mollato gli 800, è arrivato più fresco e a questo punto mi viene da pensare che sia stata una strategia. Io sono arrivato corto, ma di poco: nella batterie dei 1500 è vero che siamo andati più piano ma mi sentivo molto meglio». PAGELLA. Un voto a questo Mondiale? «Allora vediamo - e qui ritrova un po' di buonumore - era 6+ dopo le acque libere, giusto? Dopo l'800 era 9. Direi che possiamo chiudere a 8, anche 8.5. Ho preso tutto il set di medaglie: oro, argento e bronzo. Da qui ripartiamo». Verso Tokyo per... «Io vado lì per vincere 800, 1500 e 10 km. Poi ci sono gli avversari: oggi (ieri, ndr) mi hanno battuto e cresceranno. Quindi devo migliorare anche io per lottare con loro e sperare di arrivare davanti. Ci sono però degli aspetti positivi: alle Olimpiadi il calendario sarà invertito. Prima il nuoto in vasca e poi le acque libere e tutto in un arco di tempo più breve, per me potrebbe essere un vantaggio». Il cronometro lo consola: «Non hanno fatto 14'22", sono lì e io ho nuotato 14'38" alla fine di un Mondiale come questo. Non sono contento ma posso accettarlo, anche se non è bello vedersi portare via il titolo dopo due vittorie consecutive (Kazan 2015 e Budapest 2017, con in mezzo l'oro olimpico; ndr). Quest'anno è andato così e l'avevamo messo un po' in conto che sarebbe stato diverso. Negli altri Mondiali, mi scaldavo con gli 800 e facevo bene i 1500, qui si è un po' stralzo tutto. Oro proverò il percorso olimpico a Tokyo l'11 agosto, qualche giorno di riposo e una settimana di vacanza in barca a vela con gli amici in Croazia». Dal 26 agosto si torna in acqua. MORINI. «Vengo anche quando si perde, eh». Scherza Stefano Morini e chiude il Mondiale senza rimpianti: «Greg resta un marziano anche se oggi (ieri, ndr) l'ho visto nuotare peggio. Io però sono contento,



Corriere dello Sport (ed. Campania)

FIN - Campania

dobbiame lavorare sul nostro passo e basta. Se alziamo il ritmo, non riusciranno a resistere fino alla fine, poi lo sappiamo che gli sprint sono un problema. Ma per batterlo in futuro dovranno andare forte, più forte di così. E' stata una stagione più complicata del solito ma lo sapevamo, era importante centrare la qualificazione nella 10 chilometri e sono venute fuori buone gare in piscina anche con Domenico (Acerenza, sesto nella stessa finale di Greg; ndr). L' unica medaglia che davvero è mancata è quella degli 800 di Detti, ma pazienza». «Al mio Mondiale do 8, anche 8.5. Sto ancora facendo fisio A Tokyo per fare tris» Coach Morini: «Per batterlo ai Giochi dovranno andare più forte di così»