

FIN - CAMPANIA Venerdì, 30 novembre 2018

FIN - CAMPANIA

Venerdì, 30 novembre 2018

FIN - Campania

80/11/2018 Corriere dello Sport (ed. Campania) Pagina 60 Prove tecniche per Pellegrini & c.	
30/11/2018 La Gazzetta dello Sport Pagina 43 Cusinato, farfalla nell' acqua e tuffi dal cielo: «temo solo la	LA STORIA
30/11/2018 II Roma Pagina 25 Domani al Molosiglio il torneo Under 15	
30/11/2018 II Roma Pagina 25 Campionato invernale, in palio la coppa Aloj	

Corriere dello Sport (ed. Campania)



FIN - Campania

Prove tecniche per Pellegrini & c.

di Enrico Spada RICCIONE Diversivo o obiettivo, dipende dai punti di vista. La due giorni degli Assoluti Invernali in vasca corta che va in scena oggi e domani a Riccione è una più o meno gradita alternativa al lavoro quotidiano per chi sarà in azzurro fra una decina di giorni ai Mondiali di Hangzhou e dunque è impegnato nel lavoro di finalizzazione. Non può che essere invece il traguardo finale della prima parte di stagione per chi non è riuscito a strappare la qualificazione alla rassegna iridata e vuole comunque lasciare un segno prima di gettarsi a capofitto nella preparazione per le gare in lunga.

Non ci sarebbe molto da attendere a livello qualitativo da una manifestazione dove i big stanno pensando alla Cina e chi si è spremu to finora per provare ad agganciare l' azzurro magari non ha più tante energie da spendere, eppure di motivi di interesse la "nouvelle vague" del nuoto azzurro ne offre sempre in questa fase.

Sarà una spedizione allargata, quella tricolore ad Hangzhou, frutto di un mix fra coloro che hanno contribuito alla grande estate europea e chi ha dimostrato di poterci stare nell' elite della vasca corta con tempi di assoluto valore ottenuti nel mese di novembre. Gli osservati



speciali a Riccione, in prospettiva Mondiali, saranno proprio coloro che non hanno una grande dimestichezza con la vasca da 25 metri e che finora si sono un po' nascosti ma che le potenzialità per fare bene le hanno.

Tanto per fare qualche esempio Piero Codia e Margherita Panziera, capaci di salire sul podio europeo in corta un anno fa a Copenhagen e di conquistare l' oro continentale in lunga a Glasgow, o llaria Cusinato, che in Scozia ha solo sfiorato il trionfo ma a Genova ha confermato di saperci fare in corta. Gli Assoluti serviranno a comprendere quale può essere il loro ruolo a Hangzhou, così come svelerà qualcosa in più su chi, come Gabriele Detti (al via sui 200 sl, non sui 400 che farà ad Hangzhou) o Nicoló Martinenghi (solita battaglia con Fabio Scozzoli nella rana), è da poco rientrato dopo lungo infortunio e sta Oggi e domani tutti i big in acqua, prima di volare in Cina per i Mondiali in corta risalendo la china, non senza qualche difficoltà.

E poi ci sarebbero anche le star, che hanno scelto la via del profilo basso in attesa di scatenarsi ai Mondiali. Federica Pellegrini è iscritta a tante gare, fra le quali spiccano i "suoi" 200 sl (che non dovrebbe fare in Cina), ed è un altro segnale sul sempre più imminente ritorno sulla distanza che la vedrà protagonista da qui a Tokyo. Scaldano i motori Gregorio Paltrinieri, che si rituffa in piscina per i

30 novembre 2018 Pagina 60

<-- Segue

Corriere dello Sport (ed. Campania)

FIN - Campania

primi 1500 autunnali dopo le conferme dal fondo, e Simona Quadarella, che si prepara al doppio impegno su 400 e 800, stesse distanze dove si cimenterà in Cina.

Si gareggia da stamattina a domani pomeriggio: due sessioni al giorno (ore 9.30 e 16.15) con la formula delle serie progressive.

La Gazzetta dello Sport 🎫



FIN - Campania

sul mondo

Cusinato, farfalla nell' acqua e tuffi dal cielo: «temo solo la noia»

vola Dalla piscina al paracadutismo: a 19 anni parla 5 lingue, suona il flauto, strega i social e si allena con paltrinieri: «saro' una lady di ferro»

Il volo figurato e quello vero, col paracadute, per una sorta di lancio mondiale-olimpico: Ilaria Cusinato è pronta a prendersi la scena. Della serie: diventerà famosa. Veneta come Federica Pellegrini e Margherita Panziera, polivalente com Alessia Filippi, la Cusi è insieme alla romana Simona Quadarella il talento rosa più lanciato in piscina.

Su Instagram, la più internazionale delle azzurre, conta 18.500 followers: nota come llariazucchero - «perché? è una lunghissima storia» - in acqua e nella vita è una ragazza che non sta mai nella pelle. Partita da San Martino di Lupo, 15.000 abitanti, nel padovano, si allena ad Ostia con due campioni del mondo come Paltrinieri e Detti (del quale indossa la cuffia portafortuna fino ai Mondiali), unica donna a reggere gli allenamenti al limite di Stefano Morini. Studia mediazione linguistica ad indirizzo economico: a proposito parla correntemente inglese, spagnolo, portoghese, tedesco, cinese.

Ma non è una secchiona, anzi è una che ama stare «con gli amici e fare bisboccia, soprattutto il sabato sera». Il suo mentore si fida: «Quando mi chiede di andare all' Università a Roma, non la freno: a me piacciono gli atleti che hanno molti interessi, in questo assomiglia a Paltrinieri». Il padre Luca





le urla "vai Lilli" e lei sul blocco, dove arriva spesso arrabbiata anche come approccio alla concentrazione, si scatena soprattutto nei misti, la specialità completa, e scelta non a caso: perché c' è di tutto e gli allenamenti variano sempre. Suona il flauto traverso in un' orchestra, canta, ma nella sua playlist c' è tanta musica da discoteca «che spinge» e il rap: anche se nel suo cuore c' è in fondo la danza. E ora il paracadute: vola da farfalla in acqua, e si tuffa dal cielo.

IPERATTIVA Dice di sé: «Sono una ragazza davvero iperattiva, mi piace fare di tutto e di più, voglio sempre avere giornate occupate, devo sempre avere qualcosa da fare, perché se mi ritrovo concentrata su una sola cosa sola, ho un picco negativo che non mi aiuta. Per battere la noia ho imparato le lingue. Apprendo subito perché è come quando cercavo di avere tutto subito dai genitori e dicevo loro "voglio

La Gazzetta dello Sport 📶



<-- Segue

FIN - Campania

fare agonismo". I misti mi rappresentano come carattere, si devono allenare in modo differente i diversi stili: un' alchimia di cose. Credo sia la gara giusta per me, e sono contenta di essere diventata mistista dopo aver iniziato con la rana (che oggi nuoterà ai campionati italiani di Riccione, ndr). La popolarità? Faccio tutto per me.

Mai una crisi? L' anno scorso ho avuto un periodo buio nel quale vedevo il nuoto come uno sforzo, un obbligo, e non riuscivo a concentrarmi, ora ho capito che se vado ad allenarmi è perché sono contenta di farlo, di potermi divertire. Lo stesso mi succede quando vado sul blocco di gara: mi viene tutto più facile sapendo di valere un certo tempo». E' una potenziale erede di Katinka Hosszu, la biolimpionica dei misti, chiamata lady di ferro: «Non mi identifico molto in lei come persona, ma più come atleta. E' per me un punto fisso, vorrei diventare come lei che fa tutte le gare, so che è stancante, ti distrugge a livello fisico, ma non ci sarebbe più grande soddisfazione. Io sono un' italiana atipica, fin da piccola, sono sempre stata abituata a fare tantissima gare, magari in un meeting facevo 12 gare ma non sentivo il peso». Se Federica è figlia di un ex paracadutista, llaria intende prendere il brevetto dopo aver «provato a Thiene l' emozione più forte lanciandomi per un regalo di laurea di un amico». Si lancia col paracadute per lanciarsi idealmente sul mondo. E volare, volare. «Fede? L' ammiro tantissimo, alla sua età non so se avrei continuato dopo l' oro di Budapest. A me fa impazzire».

Pure llaria sta stregando i suoi followers, tanto da diventare una nuova influencer dei coetanei diciannovenni.

SUPERDOTATA Lo sport come stile di vita, llaria vista da mamma Loredana (che lavora come terapeuta): «Lei è nata felice, sorridente, è sempre in anticipo sulle cose, anche a scuola.

Nella musica non sapeva leggere le note che già sapeva suonare. Brucia sempre le tappe in tutto ciò che fa, nel senso che le viene tutto automatico: non arriva prima per gli altri per protagonismo, ma per se stessa: è il suo modo di essere. Diceva da bambina: vorrei provare a vincere».

ASCESA La sua scalata è stata finora graduale tra bronzi, argenti e record italiani: «Primeggiare per se stessi è un modo per crederci fino in fondo, di più», chiosa la mamma. Del padre impiegato in un' azienda di cosmetici, ha preso il fisico, la voglia di non arrendersi mai, la determinazione. «Le medaglie non l' hanno cambiata, non si è montata la testa» chiosano i genitori, mentre lei sfoggia per coprirsi un telo «Woodstock, la nuotata ignorante». La schematica-fantasiosa llarizazucchero che scambia afflati simpatici dal mare di Ostia col brasiliano Almeida («para siempre») si risponde da sola: «Non sono perfetta ma amo la giusta vita, e l' acqua rappresenta la maggior parte della mia vita e della mia essenza. Vivo immersa, sudo e mi reintegro in modo naturale pensando a nutrire la mia mente». Chiaro?

LA STORIA

II Roma



FIN - Campania

PALLANUOTO Memorial Mario Vivace

Domani al Molosiglio il torneo Under 15

NAPOLI. Da domani per due giorni si terrà al Molosiglio, presso la piscina del Circolo Canottieri Napoli, il "Primo Memorial Mario Vivace" riservato a squadre Under 15. Oltre alla Canottieri, partecipano il Circolo Nautico Posillipo, l' Acquachiara e il San Mauro. Domenica, dopo il derby Canottieri-Posillipo, la cerimonia di premiazione alla presenza del presidente del Circolo, Achille Ventura e dei due vice presidenti, Marco Gallinoro e Ernesto Ardia e della famiglia Vivace.



II Roma



FIN - Campania

VELA Domenica il terzo appuntamento con oltre cinquanta imbarcazioni su due campi di regata

Campionato invernale, in palio la coppa Aloj

NAPOLI. Terzo appuntamento con il Campionato invernale di vela d' altura del Golfo di Napoli: domenica 2 dicembre il Reale Yacht Club Canottieri Savoia mette in palio la Coppa Giuseppina Aloj. In mare oltre cinquanta imbarcazioni su due campi di regata: uno sulle boe per gli ORC e per i Minialtura; un altro costiero per i Gran Crociera. La Coppa Giuseppina Aloj, trofeo velico istituito più di quaranta anni fa in memoria della moglie del dottor Aloj, socio del Circolo Savoia, sarà assegnata al primo classificato della Classe ORC 0-2. La premiazione avverrà il 29 dicembre 2018 alle ore 18,00 nei saloni del club di Santa Lucia.

Il segnale di avviso, domenica prossima, verrà dato alle ore 10,00, ma il Comitato valuterà lo start in base alle condizioni meteo.

La Coppa Aloj segue la Coppa Arturo Pacifico, vinta da laia II, e anticipa la Coppa Ralph Camardella (16 dicembre), che sarà la quarta tappa del 48° Cam pionato invernale di Napoli. I circoli coinvolti nell' organizzazione dell' evento rappresentano il fiore all' occhiello della vela in Campania: dal Circolo Remo e Vela Italia al Reale Yacht Club Canottieri Savoia; dal Club Nautico Della Vela al Circolo Canottieri Napoli; dal Circolo Nautico Posillipo alla Sezione Velica dell' Accademia Aeronautica; senza dimenticare il Circolo



Nautico di Torre del Greco, le due sezioni della Lega Navale Italiana, quella di Napoli e quella di Pozzuoli, e la Sezione Velica della Marina Milita re.

Tra le novità di questa nuova edizione, l' utilizzo di due tipologie di percorsi, uno sulle boe per le classi ORC 0-5 e per i Minialtura e un altro costiero per la Gran Crociera e la sperimentazione della versione Italiana del sistema web "RacingRulesOfSailing" per la gestione on-line della documentazione e della comunicazione tra regatanti e comitati.