

RISCOSSA DOPO LA DELUSIONE NEI 400, L' AZZURRA SI RISCATTA: SOFFRE MA VINCE STABILENDO IL NUOVO PRIMATO DEL MONDO E GRAZIE A LEI L' ITALIA SALE AL QUINTO POSTO DEL MEDAGLIERE

Immensa Fede

Nei 200 oro e record per la Pellegrini «Stavolta nessuna mi ha rimontato»

DA UNO DEI NOSTRI INVIATI PECHINO - Finalmente. Questa è la parola. Questa volta la **preziosa fisioterapista Valentina Sacchi** l' ha svegliata alle 5, per non correre il rischio che perdesse tempo a realizzare dov' era, cosa l' aspettava: riscaldamento e esercizi di attivazione muscolare, una corsetta attorno alla palazzina D3. Questa volta l' hanno svegliata per tempo, alle 8 era in piscina. Questa volta il mattino ha l' oro in bocca, nel vero senso della parola, lei se lo sbrana. Finalmente. Questa volta e per sempre Federica Pellegrini, vent' anni a Pechino, è nella storia: trionfo con record del mondo nei 200 stile libero. Vince da grande, Federica, sotto gli occhi di Novella Calligaris, felice, finalmente, di raccontare da giornalista il sorpasso. «Ha fatto la gara sulle altre, non sul cronometro, brava». Vero, glielo aveva chiesto anche il suo allenatore, Alberto Castagnetti: «Devi nuotare da uomo». Cioè fare una gara da campione, potente. E questa è una gara storica, perché Federica, che due giorni fa aveva demolito il tempo della Manaudou, lo abbassa nuovamente: da 1' 55' ' 45 a 1' 54' ' 82. Però, accanto a lei, anche la simpatica ed estroversa slovena Sara Isakovic (1' 54' ' 82, prima medaglia del nuoto per la sua nazione) e la cinese coperta e allineata Jiayng Pang (1' 55' ' 05, «Non so se mi faranno gareggiare nella staffetta»), scendono sotto il precedente primato. Non è una gara per signorine. Federica la domina dai 100 metri in poi, resiste al ritorno di Sara, esorcizza i fantasmi di Atene, quando, dalla corsia più lontana sbucò, spietata e inattesa, la romena Camelia Potec. No, questa volta non c' è niente se non l' oro nella testa di Federica che tocca, piange, tira un pugno in acqua. «Mi ero preparata a questo, sapevo che lei passa piano ma torna molto forte, conoscevo la sua tattica, e poi mi sono vista tante volte rimontare da dietro. Questa volta no». Finalmente. Questa non è una rilassante batteria. Niente bagnomaria, niente cottura a fuoco lento, questo è il nebbioso mattino di Pechino, dove l' acqua è bollente e le vasche scottano di record. «Lo ribadisco, noi italiani non siamo abituati a gareggiare a quest' ora, ma non ho mai detto che non siamo capaci. Ci adattiamo». Per adattarsi Federica sacrifica una medaglia d' oro sul fondo dei 400, per smentirsi/ci si è presa la sua vendetta nella gara più difficile. «Nella finale dei 400 c' è stato un problema tattico ma la forma fisica e psicologica c' erano. Io ho un pregio: so reagire subito, non perdo mai le speranze. La dedica è a tutti quelli che mi vogliono bene, ai miei genitori, i primi che ho sentito poi a me e ad Alberto che ci siamo fatti un mazzo così». Alberto Castagnetti, l' allenatore che sa di nuotatori ma anche di balletto, opera lirica e auto, piange, abbracciandola. Dopo i fallimentari 400 le aveva detto: «Dimostrami che mi sono sbagliato». Federica lo accontenta, lo afferra dall' incubo. «Tra una finale e l' altra mi sono incazzato. Non si poteva buttar via così il lavoro di un anno. Ma non pensavo che le avversarie fossero così forti nei 200. È stata brava a resistere alla Isakovic, perché di solito chi arriva da dietro vince». Federica impara dai suoi errori, dalle sconfitte. «L' argento di Atene non è stato una delusione anche se qualcuno lo sosteneva. Cattiveria e la determinazione le avevo anche allora, ma sono più grande». Nelle semifinali le si era rotto il costume. «Ne metto un altro, da allenamento, sotto. Questi aggeggi moderni si rompono spesso. Così evito di far vedere tutto a tutti». Ride. Ormai è inarrestabile. Alla sera, senza aver pranzato («mi si era chiuso lo stomaco»), ma dopo un bel sonno, trascina la staffetta 4x200 in finale. Ma alla sera non aveva problemi. E adesso neanche al mattino che ha l' oro al collo.

Pagina 46

(14 agosto 2008) - Corriere della Sera

