

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58



ECCELLENZE DI SARDEGNA: FRANCESCA DEIDDA IN EVIDENZA A RICCIONE NEL SINCRO

Continua a sbalordire per i risultati, l'impegno e la modestia. Francesca Deidda è la prima e per ora l'unica donna "acquatica" sarda ad aver conseguito risultati di alto spessore nazionale e mondiale. Alla sua partecipazione alle olimpiadi di Rio e all'argento agli ultimi mondiali di Gwangju si sono aggiunte le recentissime soddisfazioni ottenute allo Stadio del Nuoto di Riccione in occasione degli Assoluti invernali di nuoto sincronizzato.

Prima negli esercizi obbligatori, argento nella gara a squadre, bronzo nel "solo" e un quarto posto nel duo libero: la portacolore di Fiamme Oro e Promogest fa luccicare così il suo forziere in attesa di nuovi filoni aurei che fanno di lotta, fatica, creatività e abilità artistica.

Il talento ventottenne che va fiera delle sue origini ogliastrine ma che poggia le radici esistenziali a Quartu S. Elena sperava in qualcosa di meglio (vedere intervista in basso), segno che l'alta propensione al sacrificio la proietta in dimensioni sempre più ambiziose.

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58

Ma i cultori del sincro restano puntualmente incantati quando la vedono all'opera e pensano che per il movimento sardo rappresenti un magnifico dono da sostenere e incoraggiare. E magari reclamizzare di più perché Francesca è davvero uno di quei personaggi sportivi che lasceranno il segno anche nei prossimi decenni.

In casa FIN Sardegna il presidente Danilo Russu si è voluto immediatamente complimentare sia con lei, sia con la allenatrice Anna Abate. Sa molto bene che il movimento sardo del sincro è in espansione grazie anche alle sue imprese. Dato confermato dalla consigliera Vittoria Isola (vedere intervista in basso) che ha in serbo tante idee per creare sempre più interesse a quello che ai primordi veniva chiamato balletto acquatico.

E alla Promogest il vivaio, abbastanza variegato, promette scintille. "Sono soddisfatta di questo campionato invernale - afferma l'allenatrice Anna Abate - perché tutta la squadra Promogest ha dato il massimo ottenendo un lusinghiero tredicesimo posto nella classifica generale. E poi non posso che essere orgogliosa e fiera di Francesca; si conferma la regina della tecnica e nel solo ha dimostrato un'ulteriore crescita tecnica ed espressiva, presentando un nostro esercizio, anche se con i colori delle Fiamme Oro. Ovviamente siamo felici della medaglia a squadre in cui ha dimostrato ancora una volta l'altissimo livello professionale in un esercizio preparato in dieci giorni. C'è un po' di amaro in bocca per la medaglia sfiorata nel duo. Vorrà dire che ci rifaremo all'estivo".

Per coloro che vorranno gustarsi un po' di sincro fatto in casa, i Campionati Regionali Invernali Obbligatorie fanno al caso loro con una manifestazione aperta a tutte le categorie Appuntamento dalle 9:15 e fino al pomeriggio in via Cettolini, 10 (zona industriale ovest) alla piscina Atlantide di Elmas (CA).

A TU PER TU CON UNA CAMPIONESSA DAVVERO ALLA MANO

Vederla in Sardegna più spesso sarebbe il sogno di tante piccole sincronette che trarrebbero incalcolabili stimoli dalla sua presenza. Si era sparsa la voce che domenica 16 febbraio 2020 avrebbe partecipato ai Campionati Regionali, ma Francesca Deidda ha subito smentito, aggiungendo che proprio domenica ripartirà per Roma, città che assieme a Savona rappresentano due punti fermi per la sua preparazione. "Ormai da parecchi anni mi alleno fuori dalla Sardegna - conferma la campionessa - ma il sostegno della mia squadra e società è sempre molto presente".

Torniamo un attimo sulla riviera adriatica?

Dell'esperienza a Riccione sono molto soddisfatta di tutte e quattro le prestazioni fatte (singolo, duo, squadra e obbligatorie), un po' meno dei risultati ottenuti. Ma proprio per questo l'impegno agli estivi sarà ancora maggiore per poter scalare le classifiche.

Dediche particolari?

Sì, ad Anna Abate e Mariangela Perrupato, le mie allenatrici che sempre mi sostengono. E a me stessa per essere riuscita a dare il meglio.

Giornata tipo?

La passo in piscina. Sveglia ore 6,40, palestra 8:00 e poi in acqua dalle 9,30 alle 13. Sosta per

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58

il pranzo e ci si rituffa dalle 15 alle 18,30 circa. Poi casa, cena e letto. Almeno per ora la mia vita ha un solo scopo: sincro.

Perché hai scelto proprio il nuoto sincronizzato?

Mi sono innamorata di questo sport perché in acqua riesco ad esprimere tutta me stessa, meglio che con le parole.

Ti sei accasata con la Polizia di Stato, come va?

Le Fiamme Oro sono una grande famiglia, sono onorata di farne parte. Per questo mi impegno sempre al massimo insieme alle mie compagne/i per portare in alto i colori della Polizia di Stato.

Avrai pur qualche altro interesse nella vita..

Mi piace viaggiare e conoscere le varie culture ma per ora il tempo a disposizione è poco.

Le tue prime mete quali saranno?

Per ora in lista ho Thailandia, Messico, Cuba e Sudafrica. Mi affascinano a pelle e quindi vorrei mettermi uno zaino in spalla e girare.

Stai a Roma, la città eterna, un buon punto di partenza

Adoro questa città, ma diciamo che avendo poco tempo libero e quindi non vivendola a pieno non so nemmeno dire se rimarrei qua per sempre o meno. Si vedrà!

Fughiamo finalmente qualsiasi dubbio: sei cagliaritano o quartese?

Sono nata a Cagliari e vivo a Quartu da sempre, ma nessuno dei miei familiari è quartese. Sono un po' un mix ma diciamo che si può dire abbia origini perlopiù ogliastrine.

Che rapporti si instaurano con atlete che si vedono tutto il giorno?

Non si può essere tutti amici, come in ogni ambiente di lavoro, però quando si ha un obiettivo grande in comune si riesce a raggiungere un affiatamento e un'intesa inaspettati. Ci possono essere screzi, ma in acqua si deve liberare la testa e andare avanti insieme.

Al mitico Corrado Sorrentino dichiarasti che non faresti mai l'allenatrice perché troppo severa. Si la penso ancora così, non tanto per il piacere di essere "cattiva" ci mancherebbe, anzi.. Ma perché essendo una perfezionista penso che cercherei la perfezione anche negli altri e quindi pretenderei davvero troppo. Povere bimbe!

Cosa ne pensi del movimento sincro in Sardegna?

Sicuramente è cresciuto molto negli anni, grazie anche alla mia allenatrice Anna Abate (e sue collaboratrici) che dedicano l'anima per questo sport. Purtroppo, quello che vedo nei giovani di adesso (non solo sardi, parlo in generale) è che lo sport è passato in secondo piano, si preferisce uscire con gli amici, accontentarsi di scarsi risultati senza tentare l'impossibile. Non vedo più lo spirito di sacrificio che ha portato me e tanti altri ad alti livelli, e questo mi dispiace".

VITTORIA ISOLA: "IO E LA CENTRIFUGA DEL NUOTO SINCRONIZZATO"

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58



Una vocazione tardiva anche se prevedibile. Semmai desta una qualche perplessità scoprire che Vittoria Isola, nonostante sia nata e cresciuta in piscina, causa genitori entrambi rarinantini, abbia avuto dei seri trascorsi con la ginnastica ritmica. Disciplina che inevitabilmente, per le sue rassomiglianze con il sincronizzato, l'ha di nuovo trascinata alle origini. La più giovane consigliera della FIN Sardegna è così diventata una infaticabile allenatrice, sempre nei dintorni di Su Siccu e in appoggio alla mamma Carolina Massidda.

“Ho iniziato a coordinare la preparazione a secco nella ginnastica (quindi la parte di ginnastica che prevede il nuoto sincronizzato) – sottolinea Vittoria - cioè quello che sapevo fare, alle bambine del nuoto sincronizzato. E da lì è nata una passione smodata per questo sport. Ormai sono dodici anni che sto dentro al movimento.

Durante questa centrifugazione cosa hai capito?

Tante cose. Il sincro dà la possibilità a tutte, all'interno della squadra, di esprimersi e di essere assolutamente indispensabili in modi diversi. C'è la talentuosa che acquisisce tutto facilmente, ma anche la meno dotata, che con costanza e volontà di ferro, riesce ad ottenere i suoi risultati e ad essere un punto di riferimento per la squadra. E poi negli ambienti esclusivamente femminili, soprattutto in certi sport, dove conta molto l'estetica, è difficile fare squadra. Cosa che invece non accade nel nuoto sincronizzato.

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58

Ormai ti sei fatta un'idea del movimento sardo

Negli ultimi anni si è registrato un incremento consistente a livello societario. Dieci anni fa sono nate le prime realtà con Promogest e Rari Nantes (la prima opera nel sincro dal 1999, mentre la Rari dal 2007). Adesso ne esistono altre, come Esperia, Atantide, Olbia, Nuoro, Acquasport, Luna, Oppidum. Insomma, ci si sta strutturando meglio.

A cosa si deve questo trend positivo?

Le motivazioni sono molteplici. In primis una maggiore popolarità, fino a qualche anno fa in Sardegna non si aveva idea di che cosa fosse il sincro. Ora invece abbiamo incentivato l'attività di propaganda con la creazione di corsi specifici e l'intervento di personaggi autorevoli del settore, come il ct della nazionale Patrizia Giallombardo. C'è un progetto di crescita che sta dando i suoi frutti. Vorremmo organizzare un altro training con personaggi di spicco del sincro italiano tra la fine della primavera e l'inizio dell'estate, ma preferisco non sbilanciarmi troppo.

Il calendario sembra abbastanza nutrito

Si è registrato anche un aumento delle manifestazioni. Siamo riusciti a creare un ambiente molto più collaborativo tra le società coinvolte, e così si cresce insieme. Domenica c'è il campionato regionale invernale. A luglio le date importanti diventano due per dare spazio ai campionati regionali estivi; una dedicata ai liberi e l'altra agli obbligatori.

Tra le varie categorie come sono distribuite le forze?

Nell' agonistico si contano circa cento atlete. Molte sono quelle appartenenti alla categoria "Ragazze", ma abbiamo dei numeri consistenti anche nella categoria Esordienti A e Juniores/Absolute. Poi c'è il settore propaganda, un po' più blando, con circa sessanta tesserate. Loro svolgono un lavoro più tranquillo, non c'è la gara importante che crea tensione, si partecipa per puro divertimento. E' un modo diverso di concepire la competizione.

E' uno sport molto duro..

Praticamente devi barcamenarti in tre specialità: nuoto, ginnastica e tecnica specifica del sincro che comprende sia il lavoro sugli esercizi obbligatori, sia su quelli liberi. Quindi vuol dire che devi sostenere tre blocchi di allenamento abbastanza lunghi perché molto vari.

E subito vengono a mente i sacrifici di Francesca Deidda

La definisco la sincronetta per antonomasia. Lei è un gioiello, un'eccellenza, ha fatto olimpiadi, mondiali e tanto altro. Un orgoglio per tutte noi sarde. Proviene da una società, la Promogest, che dispone di uno zoccolo duro soprattutto nelle fasce riservate alle praticanti più grandette.

E anche le altre società stanno uscendo dal guscio..

La Rari Nantes sta costruendo un buon settore giovanile. Per la prima volta abbiamo portato le bambine ad un campionato assoluto sebbene tutte giovanissime. Siamo molto soddisfatte del lavoro delle nostre tesserate; ormai sono presenti tutti gli anni ai campionati italiani di categoria. E così stanno facendo altre società che partecipano anche ai Collegiali dove alcune promesse sono già state avvistate. Tutto è però ancora discontinuo, la giovane età porta a non avere ancora testa e nervi saldi che servono per avere costanza in tutte le gare.

Propositi da qui alla fine del mandato?

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58

Vorrei riuscire ad aumentare il numero delle tesserate e farle appassionare. Mi piacerebbe organizzare qualche manifestazione importante a Cagliari. Portare tecnici blasonati e creare più movimento possibile per creare maggiore interesse tra le nostre bambine. E' tutto più complicato perché il mare ci divide dal resto d'Italia. Si impara anche semplicemente osservando le atlete e i tecnici di alto livello, sapere quanto si allenano e cosa fanno esattamente.

Altri desideri?

In penisola e nel mondo il sincro si sta aprendo anche agli uomini. Il doppio misto della nostra nazionale rappresenta un fulgido esempio. In Sardegna ancora non c'è nulla, sarebbe bello coinvolgere qualche maschietto.

L'esperienza in comitato ti sta appassionando?

Mi trovo molto bene perché il presidente Danilo Russu è una persona che ti sa prendere e coinvolgere. Ha saputo creare un bell'ambiente, una invidiabile squadra che quando discute è per raggiungere un obiettivo comune. Il team politico FIN Sardegna ha un eccellente allenatore

IL MOVIMENTO SARDO IN PILLOLE

Società panorama sardo

Promogest: dal 1999 agonismo e propaganda. Tecnici: Anna Abate, Angela Cirina.

Rari Nantes Cagliari: dal 2007 agonismo e propaganda. Tecnici: Vittoria Isola, Carolina Massidda (direttore sportivo Rari Nantes, preparatore atletico e storica ISEF).

Esperia: agonismo e propaganda. Tecnico: Sonia Marcialis.

Atlantide: agonismo e propaganda. Tecnico: Silvia Marroccu.

Oppidum: propaganda

Luna: propaganda

Acquasport: propaganda

Nuoto Club Nuoro propaganda

Accademia Sportiva Olbia: propaganda

PICCOLE ATLETE IN VISTA

Classe 2005

Aurora Carlini n 14 in Italia (Rari Nantes Cagliari)

Scritto da

Sabato 15 Febbraio 2020 12:27 - Ultimo aggiornamento Sabato 15 Febbraio 2020 12:58

Michela Vadilonga n 26 in Italia (Rari Nantes Cagliari)

Classe 2006

Micol Massoni n. 29 in Italia (Promogest)

Marta Versace n. 52 in Italia (Rari Nantes Cagliari)

Partecipanti selezione nazionale ragazze 14 – 15 dicembre 2019 - Foro Italiceo - Roma:

Aurora Carlini (Rari Nantes Cagliari)

Michela Vadilonga (Rari Nantes Cagliari)

Asia Di Marzo (Rari Nantes Cagliari)

Micol Massoni (Promogest)

Nella foto in alto Francesca Deidda