

Nuoto

Europei in vasca corta Pellegrini e Paltrinieri guidano l'Italia (senza Magnini)



La grande Italia del nuoto torna in azione da oggi a domenica a Copenaghen per gli Europei in vasca corta. Nella spedizione di 36 atleti, per la prima volta in quindici anni senza il capitano Filippo Magnini, le punte indiscusse sono Gregorio Paltrinieri e Federica Pellegrini (foto), mentre mancherà il terzo fenomeno del gruppo, Gabriele Detti, ancora ai box per un'inflammatione alla spalla. Greg verificherà la bontà del lavoro svolto in Australia con modi e quantità diversi da quelli di

Ostia: oggi nuoterà i 400 stile per rompere il ghiaccio ma la sua gara saranno come sempre i 1.500 stile (finale venerdì), una super sfida con l'ucraino Mykhailo Romanchuk, argento agli ultimi Mondiali dietro l'azzurro. Federica si dedicherà solo ai 100 stile (finale venerdì), iniziando ufficialmente il suo nuovo percorso nella velocità che dovrà portarla all'Olimpiade di Tokyo, nel 2020, competitiva almeno per una finale. Per l'Italia ripetere l'edizione di Netanya 2015 (7 ori e

17 medaglie) sarà durissima, visto che al forfait di Detti e all'assenza di Fede dai 200 stile si aggiunge quello di Silvia Di Pietro, pedina fondamentale per le staffette. Ma come sempre dal nuoto italiano buoni risultati e qualche sorpresa ce li possiamo aspettare. (Da oggi finali in diretta dalle ore 17 su Raisport, batterie in streaming dalle 9.30 sul sito www.len.eu).

Alessandro Pasini

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La grinta di Brignone leonessa in gabbia

«Soffro ma resisto»

«L'infortunio estivo è l'avversario da battere»

Cosi in Coppa

Dopo il quarto posto nel superG di sabato scorso a St. Moritz, Federica Brignone e le altre azzurre dello sci tornano in gara in Alta Savoia: a Val d'Isère, sabato discesa e domenica superG. Martedì e mercoledì a Courchevel, gigante e parallelo. I maschi hanno il superG e la discesa della Val Gardena, venerdì e sabato, e il gigante di domenica in Alta Badia

Sta vincendo una battaglia che è prima di tutto di testa, nel senso che non è facile essere atleta quando il fisico ti tende trappole. La tenacia sarà lo scudo migliore in un'annata che dovrà vivere sul filo del rasoio: «Non so nemmeno quali gare potrò fare la prossima settimana, vivo alla giornata» dice Federica Brignone aggiungendo una riflessione che sintetizza la precarietà: «Spero di poter concludere la stagione, ma è un aspetto che non posso controllare». Da agosto lotta con i postumi di un edema osseo sul pube, la mazzata «su un'estate bellissima e ricca di tanto lavoro, proprio come piace a me».

Eppure il quarto posto nel superG di St. Moritz, a un soffio dal podio, ci spiega anche che Fede c'è e lotta per la causa. Nel momento in cui Sofia

Goggia fronteggia una bonaccia inattesa, mentre Marta Bassino cerca ancora la quadra al vertice e Nadia Fanchini deve macinare chilometri per rimettersi in forma dopo il grave infortunio dello scorso gennaio, la Brignone di questi tempi sembra la più in palla della Nazionale rosa. «Stiamo rendendo meno del previsto? Sono stata a lungo fuori squadra, non posso parlare per le altre. Ma lo sci è uno sport complicato: ci sta che sia così. L'anno scorso non avevo cominciato bene, ma poi ho chiuso alla grande: ho acquisito una consapevolezza che prima non avevo. Attaccavo e combinavo casini, da gennaio ho trovato l'equilibrio. Ora chiedo la salute, prima dei risultati: il punto di svolta è questo».

Nonostante i guai, è serena. L'abbiamo vista sorridere e



Stella azzurra

Federica Brignone, 27 anni, valdostana, è salita 19 volte in carriera sul podio della Coppa del Mondo: 5 le vittorie più un argento ai Mondiali del 2011. Ama il mare e la tavola da surf (Getty Images)

parlare volentieri anche dell'extra sci, come l'esperienza di «Traiettorie liquide», la campagna che l'ha portata a fare un originale shooting fotografico assieme all'artista siciliano Giuseppe La Spada: si è fatta fotografare sott'acqua con sci e scarponi. «In sei secondi ero già sotto di due metri e chi mi assisteva doveva essere lontano per consentire le foto. Ero al limite della tenuta respiratoria, ero nervosa: una bella ma non facile esperienza per denunciare l'inquinamento dei mari». Non è un caso: Federica

ha l'ecologia nel Dna «perché da piccola vedevo mamma che ripuliva le spiagge dalle cartacce e papà che usciva dall'acqua portando fuori i sacchetti di plastica che pescava».

Anche lei, già impegnata in campagne benefiche «per aiutare chi non ha i soldi per praticare lo sport», fa la «spazzina» quando vede «cose indegne della civiltà». Ma le traiettorie liquide dedicate all'acqua devono adesso trasformarsi in traiettorie giuste sulla neve, l'altro suo amore. La Coppa del Mondo assoluta «resta il so-

gno della carriera, forse perfino più dei Giochi», anche se prima serviranno le lauree intermedie, quelle delle coppe di specialità. «Vengono prima della "coppona" e io ci tengo perché sono una perfezionista: non mi considero mai la migliore, ma una che deve sempre crescere».

È per questo che adesso si sente «come un leone in gabbia che non molla». Vorrebbe forzare, ma deve stare attenta: «Non posso esagerare». Inevitabilmente, il pensiero va anche ai tanti e precedenti stop.

Voglia di Giochi

«La pubalgia mi mette a rischio. Ma se arrivo all'Olimpiade, me la gioco fino in fondo»

Federica ammette di aver immaginato che cosa sarebbe stata la Brignone se tutto fosse filato liscio: le riflessioni sono tormentate. «L'episodio più recente è poi l'incubo peggiore. Continuo a rimuginare sull'infortunio e sento di non essere in controllo di me stessa: mi scoccio e mi butto giù». Ma non è una resa, St. Moritz in fondo l'ha dimostrato: «Lasciatemi arrivare all'Olimpiade: vi prometto che lì me la gioco fino in fondo».

Flavio Vanetti

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Doping

Il diario, i graffi, il potassio

Tre indizi fanno una prova: Legkov radiato dal Cio



Sotto accusa

Il fuoriclasse russo del fondo Alexander Legkov, 34 anni, oro e argento a Sochi 2014 poi radiato dal Cio (Afp)

Novantadue millilitri di urina (inevitabilmente color giallo paglierino) hanno cambiato la storia dell'antidoping.

Contrassegnata dal codice 2890803, la storica pipì è stata prodotta a Sochi il 23 febbraio 2014 dal russo Alexander Legkov, oro nella 50 chilometri di fondo e argento nella staffetta 4x10 km. Un fuoriclasse, insomma. La pipì di Legkov: pulita al controllo di Sochi, limpida in un nuovo test l'anno successivo a Losanna. Fu vera gloria? No. Il 20 dicembre 2016 l'atleta moscovita riceve una mail dal Cio (dicitura nell'oggetto: «Stiamo indagando su di te») con 100 pagine di allegati. Tra questi, sei ingrandimenti al microscopio di altrettanti graffi a forma di T sulla provetta, una pagina del diario del direttore del laboratorio antidoping di Mosca, Grigory Rodchenkov, con indicato (tra gli altri) il nome di Legkov, un grafico che compara il livello di potassio delle «urine 2890803» in rapporto a quelle (sempre del russo) che il Cio ha rastrellato in altri la-

boratori. Prove dirette di doping? Nessuna. Prove indirette? Almeno tre: il diario, i graffi che possono provenire solo da una riapertura forzata e abusiva della provetta e la concentrazione «non fisiologica» del potassio (e di Nescafé solubile) usato per cancellare la presenza di steroidi. Tanto è bastato ai tre saggi del Cio (Oswald, Samaranch e Baumann) per cancellare il nome di Legkov dall'albo d'oro della 50 km e quello della Russia dalla staffetta, chiedere la restituzione di medaglie e diploma e bandirlo a vita dai Giochi olimpici. «Nessuna delle singole prove — scrivono i tre nelle motivazioni, pubblicate lunedì — basterebbe a condannare l'atleta. Unendole, però, la sua colpa è provata oltre ogni ragionevole dubbio».

Alexander Legkov è il primo oro olimpico radiato per somma d'indizi (ieri 6 hockeiste russe ferme post-Sochi). Un'altra decina sta per seguire la sua sorte.

Marco Bonarrigo

© RIPRODUZIONE RISERVATA

BEVI RESPONSABILMENTE

1898

SARTORI DI VERONA

Il fascino di una storia, il legame con la terra, la forza di una personalità racchiuse in vini che raccontano con eleganza al mondo intero la più intensa delle storie d'amore: quella di Verona

Sartori, grandi vini nel nome di Verona.

www.sartorinet.com

f t You Tube flickr