



“**C**rederci sempre, fino alla fine”. Sembra un mantra per l’immensa Federica Pellegrini.

Come quando batte il pugno sul cuore, sulla testa... e poi vola in acqua! Sull’acqua!

Alla fine di ogni vittoria, quando si concede ai microfoni, ripete quasi sempre “è stata la vittoria della testa e del cuore”... quasi come non contassero quelle grandi braccia che tagliano in due la superficie dell’acqua. Quasi come non fosse merito delle gambe che battono un ritmo impenetrabile, inarrivabile per chiunque altro. È la storia del nuoto ed anche dello sport italiano. È la più grande di sempre, Federica Pellegrini. E lo sa perfettamente, lo sapeva il giorno delle semifinali dei 200, quando si è vista sfilare davanti l’olandese Heemskerk. Era solo una semifinale, ma Federica non voleva lasciare che

nessuno “entrasse in casa sua”. Sapeva che in finale avrebbe dovuto fare la gara della leggenda per lasciare le altre fuori, ancora sull’uscio ad ammirare il suo trionfo. E negli ultimi 50 mt ha chiuso le porte della casa che ha conquistato a suon di record, ed ha lasciato tutte fuori, ancora una volta, per essere una volta su tutte la migliore di ogni tempo. E non c’erano super costumi, non c’erano antagoniste, non c’erano fidanzati o presunti tali mentre andava a vincere.

Federica ha spento tutto il resto.

Volevamo solo vederla vincere, avevamo dimenticato tutto quello che era stato dato in pasto ai lettori d’estate, quando per pugno di copie in più si è disposti a parlare della più grande atleta italiana di sempre come se fosse una qualsiasi starlette da gossip.

Eravamo tutti scettici, lo ammettiamo nei

giorni in cui ci inorgoglisce vedere salire ancora alto il tricolore insieme al volto della regina dell’acqua. Avevamo paura che il sogno fosse finito. Era stato troppo semplice vederla trionfare nei 400 due giorni prima.

Federica era l’unica ad aver visto già la fine di questa ennesima vittoria. Sapeva di vincere. Lo sapeva quando in camera di chiamata era da sola con i suoi pensieri e con il battito del suo cuore. Un cuore che scandisce il tempo meglio di qualsiasi cronometro.

Pensavamo che Federica potesse non farcela.

La ricordavamo ancora a cavallo della corsia dei mondiali di Roma, alla fine di una gara dominata e stravinta, con le braccia in alto a ringraziare il pubblico che la osannava in coro. Pensavamo che fosse tutto lì, il miracolo dei 200 e dei 400.

Ma Federica è andata oltre, ancora.

“WE HAVE FEDE”

FEDERICA PELLEGRINI CON LA TESTA E CON IL CUORE NELLA LEGGENDA!

Oltre il tempo ed oltre il sogno.

A prendersi il posto che le spetta nella storia. Quando immagino Federica Pellegrini e la vedo in vasca mi viene sempre di pensare che il nuoto non sia stata una scelta per lei, come non può scegliere di vincere.

È naturale che sia così.

È quel talento di cui possono solo pochi al mondo.

Quel talento che ti sceglie.

E noi a guardare. E non possiamo capire.

Non possiamo capire quando le chiediamo con chi è fidanzata, quando le chiediamo se vuole smettere, quando le chiediamo se pensa ancora a Laure Manaudou, o quando ci improvvisiamo piccoli psicologi dell'ultima ora e le chiediamo il perché degli attacchi di panico; il perché abbia paura dell'acqua alta del mare.

Non ha importanza tutto questo perché dovremmo solo guardare Federica nuotare, dovremmo solo vedere l'attimo in cui batte il pugno sul cuore prima, sulla testa poi e dice ancora al suo talento che, va bene, vincerà ancora per lui. Dovremmo guardare la fenice che ha voluto stampare sul dorso del collo e pensare che non dobbiamo mai essere scettici con Federica Pellegrini. Perché è la donna delle acque, che dalle acque risorge ogni volta che decide di parlare con il suo talento prima di entrare in acqua.

E con il suo talento è ancora una volta andata oltre le acque, ed ha vinto ancora per lui. 



INTERVISTA ALLA MAMMA DI FEDERICA PELLEGRINI

Il giorno dopo lo storico trionfo di Federica Pellegrini nei 200 stile libero sua mamma Cinzia ci racconta le emozioni di quegli istanti.

Signora Cinzia, io ho seguito la gara di Federica dalla redazione e tutti noi di *Vivere* ci siamo commossi con questa rimonta. Non oso quindi immaginare cosa possiate aver provato voi. Vuole provare a raccontare le emozioni di questo ennesimo capolavoro sportivo di sua figlia?

L'emozione è stata grandissima perché ho visto le avversarie molto temibili, pensavo che questa volta Federica non riuscisse a fare quello che ha fatto. Ha fatto una gara straordinaria secondo noi, al cardiopalma.

Non eravamo abituati a vedere Federica Pellegrini costretta alla rimonta. Quella semifinale ci aveva fatti preoccupare anche per questo motivo forse...

Sì, di solito Federica parte sparata e va all'attacco subito, in queste due gare invece è rimasta un po' indietro, ha fatto una gara tattica. Ha messo su carta il tipo di gara con il suo allenatore ed ha avuto ragione anche questa volta.

Questa gara con tanta testa e tanto cuore, condotta con maturità agonistica, segna un po' una crescita di Federica Pellegrini anche come donna, oltre che come sportiva, secondo lei?

Guardi, noi non vediamo Federica da un mese circa, l'abbiamo vista cambiare dalle collegiali (a Tenerife dal 1° al 15 maggio n.d.r.). Ho rivisto ora una Federica più allegra, più solare, con più voglia di stare in compagnia... prima forse era un po' più "musona", militaresca... ora la vedo solare, mi ha detto "mamma non mi sono mai divertita come in questo periodo" e noi siamo felici per questo.

Quanto c'è del nuovo tecnico Philippe Lucas nella "nuova" Federica?

Nella nuova Federica Pellegrini non so quanto ci sia di Philippe Lucas, perché il nuoto è una cosa e la vita privata un'altra. Dal punto di vista sportivo però con Lucas ha raggiunto questi



Federica Pellegrini e sua mamma in un'immagine scattata ai mondiali di Roma del 2009

*“Ho rivisto
una Federica
più allegra,
più solare,
con più voglia
di stare
in compagnia...”*

risultati ancora una volta, e probabilmente questo allenatore è davvero nelle grazie di Federica. Si trovano bene, vedo che iniziano ad avere un bel rapporto ed io spero che continui fino a Londra.

Con chi ha seguito la gara di Federica di ieri? Noi seguiamo le gare di Federica assolutamente in casa, da soli, in tensione.

Federica sia alla fine dei 400 che mentre andava sul podio dopo il trionfo dei duecento ha continuato a nominare sua mamma in diretta mondiale...

Questo mi fa un piacere enorme perché io e Federica abbiamo un sesto senso, ci sentiamo a distanza.



Il pubblico dei mondiali del 2009 di Roma in festa per la vittoria di Federica.

Che cosa vuol dire per una mamma sentire richiamare da tutti i telegiornali sua figlia come la donna della leggenda per lo sport italiano... già l'amore di una mamma è qualcosa di inspiegabile, l'orgoglio di una mamma che ha messo al mondo una figlia "legendaria" come si può raccontare?

(La risposta è preceduta da un sorriso compiaciuto, orgoglioso, imbarazzato e contenuto che da solo basterebbe come risposta. E mentre sorride la Signora Cinzia esclama "Madonna mia" n.d.r.)

*"Io e Federica
abbiamo un sesto
senso, ci sentiamo
a distanza"*

Me ne devo ancora rendere conto, per me è sempre stata un orgoglio, anche i risultati di Roma erano stati una roba grande, ma questo è davvero sublime, devo ancora rendermene conto davvero, è una soddisfazione enorme, più che altro sono orgogliosa di lei, per lei (e mentre dice "di lei", "per lei" la mamma di Federica Pellegrini scandisce le parole in modo netto, per rendere più chiaro ancora il concetto n.d.r.) perché ha lavorato tanto, si è sacrificata tanto per questi risultati.

Lei cosa pensa di Londra, ci possiamo aspettare ancora qualcosa di più da sua figlia?

Allora, per me ha già dato e non deve dimostrare più niente a nessuno. Aveva già dato dopo Roma. Ha ribadito il suo valore a Shanghai ed io mi auguro che il percorso fino a Londra sia fatto di lavoro come è successo fino ad oggi, Federica non si tira mai indietro quando si tratta di lavorare. A Londra poi sarà tutto da vedere perché di leve nuove come la Heemskerck ce ne sono a iosa, e sono tutte staffettiste,

centiste, velociste; certamente Federica ha detto che a casa sua non vuol nessuno ma arriverà il momento in cui qualcuno entrerà anche a casa sua.

Sono state dette tante cose di Federica oltre il nuoto, come reagite voi in famiglia e come sentite reagire lei rispetto al gossip che non la lascia stare?

Abbiamo imparato. Siccome ne hanno dette di tutti i colori, e non sempre erano voci veritiere, abbiamo imparato a buttar tutto giù dalle spalle. Sappiamo noi qual è la vera Federica ed il gossip non ci interessa più di tanto, poi tutte le voci sono relative perché mia figlia è stata con Luca tre anni, è stata una donna fedele per tre anni quindi c'è stato poco gossip da raccontare.

Come ha vissuto, da mamma, gli attacchi di panico di Federica?

Intanto non posso non rimanere sempre un po' angosciata perché non vivendo insieme a mia figlia ho sempre paura che succeda qualcosa, che non stia bene, che la testa non vada nella maniera giusta. Io come mamma la vivo così da quando Federica era a Milano e mi sono resa conto dei problemi alimentari che aveva avuto... quello che mi aiuta è il sesto senso che lega me a Federica di cui le parlavo







Si chiama Swimsonic il nuovo lettore mp3 acquatico Nilox di 4GB, personalizzato da Federica Pellegrini. L'atleta indossa sempre l'mp3 durante gli allenamenti, con la sua playlist e il suo piano di lavoro, ma anche durante il tempo libero.

La private label del Gruppo Esprinet, Nilox (www.nilox.com <<http://www.nilox.com/>>), emergente brand nell'elettronica di consumo è il quinto sponsor della campionessa olimpica. Gli altri: Enel, Emporio Armani, Mizuno e Pavesini. Il lancio del prodotto innovativo della Nilox by Federica Pellegrini, ha visto la realizzazione di un servizio fotografico all'interno di una Spa a Verona.

prima e che mi permette di tenerla sempre sotto controllo. Infatti quando ci vediamo a volte mi capita di sospettare che ci sia qualcosa che non va e allora Federica mi dice: "cosa c'è? Perché mi guardi in quel modo?" ...

Questo legame tra voi può aver fatto la differenza? Il legame con un genitore può essere il motivo per cui una ragazza diventa una sportiva normale ed un'altra diventa la storia dello sport italiano?

Il nostro è un lavoro di equipe che riguarda tutta la famiglia, non ci sono solo io. C'è un papà che sa come prenderla nei momenti più bui e più nervosi, c'è un fratello con il quale si diverte e gioca nel pre-gara, mio marito sa qual è il momento in cui farle quei discorsi che la portano al pianto in modo che si sfoghi e non tenga tutto dentro, quando ci sono dei discorsi che ha bisogno di affrontare e che non siano il nuoto viene da me, invece ... insomma c'è un lavoro di squadra anche in casa per lei.

Ho iniziato questo servizio dicendo che forse non è stata Federica a scegliere il nuoto ma probabilmente è stato inevitabile che fosse il nuoto a scegliere lei ...

Sì, Federica e il nuoto si sono incontrati ...

Sembra così naturale vederla in acqua, sembra che non ci sia un confine a dividere il suo





corpo dall'acqua...

C'è un'affinità tra l'acqua e Federica che non riesco nemmeno io a descrivere.

C'è stato secondo lei un momento in cui Federica Pellegrini non avrebbe voluto avere questo dono?

No, perché vedo la passione di mia figlia e la condividiamo nel bene e nel male. Io non ho mai pensato che il nuoto non facesse parte di Federica o viceversa.

*"C'è un'affinità
tra l'acqua
e Federica che
non riesco
nemmeno io
a descrivere"*

Volevo farle una domanda usando una chiave totalmente ironica. Si è detto molte volte che Federica ha paura dell'acqua alta in mare, spesso anche volendo vedere in questo quel che non c'è. Proprio per stigmatizzare chi ha elaborato strane congetture dietro questo, le volevo chiedere con un sorriso: ma è possibile davvero che la più grande nuotatrice di sempre abbia paura dell'acqua alta?

(L'invito al sorriso è raccolto e la signora Cinzia scoppia in una risata libera e divertita n.d.r.) Eh sì, allora diciamo che le acque dell'Adriatico come Jesolo non sono così limpide come quelle della Sardegna... e da lì nasce il punto. Federica quando si trova in acqua alta se non vede il fondo non si fida e quindi volta

le spalle e torna indietro...

E questa è la sua natura "marescialla" no? Deve avere tutto sotto controllo come quando è in gara?

Esatto (sorride ancora di gusto n.d.r.) lei in piscina è ok. Nuota, vede le piastrelle e va

spedita. Ma in mare aperto se non vede il fondo non ce n'è...

Allora volevo chiudere con la domanda più semplice possibile: quando vi siete resi conto che avevate un talento così grande in casa?

Ma forse non ce ne siamo resi conto fino a che non abbiamo visto arrivare una borsa con scritto "Italia" colma di tutto il materiale per la prima olimpiade nel 2004... a quel punto io e mio marito ci siamo guardati ed abbiamo detto: "mamma mia, le olimpiadi!" e per noi che siamo sportivi è una cosa che ti fa mancare l'aria. Quando abbiamo visto la borsa davanti alla porta abbiamo pensato "mio Dio, ma questa dove ci porta"...

Elì ha portati nella leggenda. Perché a volte le cose sono più semplici di quanto si creda... e Federica Pellegrini è, semplicemente, la più grande di sempre.

I risultati di Federica nella storia delle olimpiadi e dei mondiali di nuoto

Giochi Olimpici

Athene 2004	argento 200 stile libero
Pechino 2008	oro 200 stile libero

Campionati del mondo

Montreal 2005	argento 200 stile libero
Melbourne 2007	bronzo 200 stile libero
Roma 2009	oro 400 stile libero (con record del mondo)
	oro 200 stile libero (con record del mondo)
Shanghai 2011	oro 400 stile libero
	oro 200 stile libero

