

Roma rinnova la Greg mania Domina i 1500 sl verso i Mondiali

● Paltrinieri convince con un monologo che nemmeno l'amico Horton riesce a tenere. «Questo pubblico mi dà una grande carica»

LA GUIDA

Verrasto incanta Primo crono 2017 nei 400 misti

FINALI Uomini - 200 sl: 1. Park tae Hwan (S.Cor) 1'46"89, 2. Grainger (Gb) 1'48"30, 3. Scott (Gb) 1'48"47, 5. Di Giorgio 1'49"13 (b.1'49"01). **100 do:** 1. Diener (Ger) 54"54, 2. Balog (Ung) 54"59, 3. Milli 54"60. **50 ra:** 1. Peaty (Gb) 26"61, 2. Gomes (Bra) 26"85, 3. Martinenghi 27"03. **200 farf:** 1. Kenedersi (Ung) 1'54"33 (3° t. 2017), 2. Le Clos (Saf) 1'54"87, 3. Seto (Gia) 1'56"05, 6. Berlinioni 1'58"14. **400 mx:** 1. Verrasto (Ung) 4'07"47 (1° t. 2017, 57"11, 2'00"55, 3'10"21), 2. Seto (Gia) 4'07"99, 3. Almeida (Bra) 4'15"30, 4. Turrini 4'17"76 (59"21, 2'04"77, 3'19"25). **Donne - 100 sl:** 1. Kromowidjojo (Ola) 53"07, 2. Blume (Dan) 53"59, 3. Coleman (Sve) 53"64, 6. Pellegrini 54"48. **800 sl:** 1. Kapas (Ung) 8'23"71, 2. Quadarella 8'29"53, 3. Ashwood (Aus) 8'31"40, 5. De Memme 8'42"93. **100 do:** 1. Baumrtova (R.Cec) 1'00"21, 2. Wilson (Aus) 1'00"34, 3. Toussaint (Ola) 1'00"57, 6. Panziera 1'01"17. **50 ra:** 1. Vasey (Gb) 30"73, 2. Clark (Gb) 30"78, 3. Scarcella 31"31. **100 farf:** 1. Bianchi 57"89, 2. Di Liddo 58"05, 3. Szilagyi (Ung) 58"48, 7. Petronio 59"96. **400 mx:** 1. Milej (Gb) 4'36"28, 2. Harvey (Can) 4'36"48, 3. Rudin (Gb) 4'40"99, 5. Toni 4'42"72. **OGGI** (batterie ore 9, finali 18.30, dir: Rai Sport): **200 dorso U** (Restivo, Bernek, De Deus) e **D** (Wilson, Whitaker, Burian, Graf, Panziera), **50 farf. U** (Santos, Cielo, Codia), **200 farf. D** (Szilagyi, Atkinson, Polieri, Pirozzi), **200 rana U** (Koch, Murdoch, Pizzini) e **D** (Pedersen, Ulyett, Verona), **100 sl U** (McEvoy, Magnussen, Santos, Dotto, Vendrame, Magnini), **50 sl D** (Kromowidjojo, Ferraioli, Di Pietro), **200 mx U** (Desplanges, Seto, Litchfield, Turrini) e **D** (O'Connor, Heemserk, Franceschi), **800 sl U** (Detti, Paltrinieri, Horton).



Stefano Arcobelli ROMA

Tutti pazzi di Greg. E Greg si scatena in acqua: «Mi date una carica pazzesca, incredibile, super». Il resto della carica gliela dà l'amico Mack Horton, l'olimpionico dei 400 sl con il quale andò a festeggiare l'oro di Rio nei 1500 in giro per l'Italia. Ma Greg non ha pietà neanche degli amici, non può aspettare l'australiano questo Paltrinieri, «obbligato» simpaticamente dal suo mentore Morini a fare il record mondiale a Budapest tra un mese. Facendo i calcoli, dovrebbe poterlo tentare, lo sta costruendo nelle braccia, se continua a crescere di settimana in settimana. «Gregorio, Gregorio» urlano dagli spalti come se fossimo nel vicino Olimpico, e Greg tiene la media dei 59"6 per un altro dei suoi monologhi. Un'altra fuga solitaria verso la vittoria: l'amico Mack già dai 400 metri cominciava ad accorciare la bracciata, a rinunciare al traino per evitare di scoppiare. Certe frequenze infernali nelle 30 vasche, può permetterselo solo l'imbuttato campione di tutto al

quale manca appunto solo di cancellare il 14'31"02 del cinese Sun Yang.

PICCOLO RECORD Ma un piccolo record in fondo Greg non lo disdegna neanche al Settecolli 2017: è quello del meeting più antico del mondo, finora detenuto da Federico Colbertaldo in 14'50"50 nel 2008 dei superbody. Tre anni dopo quel crono, si sarebbe presentato proprio in questa vasca il ragazzino sconosciuto di Carpi che si qualificò sorprendentemente per i Mondiali di Shanghai. Aveva 17 anni, l'età di Martinenghi. E la scalata cominciò. Forse ieri avrebbe avuto bisogno del Detti di Merano, ma Gabriele non al meglio per qualche linea di febbre ha preferito evitare l'inferno-Greg ed è rimasto in hotel. Il coreano Park Tae Hwan, che lo battè ai Mondiali di vasca corta, ripara solo nei 200 sl dominati in 1'46", e si prende lo sberleffo di Horton per via della storiaccia doping: «Park? Se mi conoscete, potete benissimo immaginare ciò che penso su chi è stato squalificato per doping, dunque non serve aggiungere altro». Gregorio già da anni è costretto a rispondere



● 1 Gregorio Paltrinieri, 22 anni, prima della gara con l'amico americano Mack Horton, 21 LAPRESSE
● 2 Paltrinieri in azione nei 1500 sl DEEPBLUEMEDIA ● 3 Simona Quadarella, 18, dopo il secondo posto negli 800 sl DEEPBLUEMEDIA ● 4 Il coreano Park Tae Hwan, 27 anni, che domina i 200 stile libero LAPRESSE



Il tecnico Morini: «Sarei deluso se non arrivasse il record del mondo di Gregorio»

sul discusso cinese Sun Yang, che come il coreano ormai sa di non avere speranze contro l'italiano. Meglio ripensare a questo 1500 con altri 4" limati rispetto al meeting meranese di una settimana fa: un 14'49"06 valoroso per Greg, che transita in 3'54"44 ai 400, in 7'53"13 agli 800, in 11'51"95 ai 1200. L'ultima gara prima dei Mondiali di Budapest passa così nell'archivio della testa del campione a caccia del bis iridato, riuscito in Italia solo a Magnini ed alla Pellegrini. Dunque, la missione oro va avvicinata con regolarità, con il giusto piglio, con i carichi necessari. Il lavoro di qualità verrà finalizzato da Greg a Ostia.

IN LINEA «Siamo in linea con i tempi - fa Stefano Morini, il coach -. Tutto procede nella maniera dovuta, nelle ultime 4 settimane andremo alla ricerca del ritmo gara. Gregorio deluso se non facesse il record del mondo? Lo sarei anche io». Moro è uno che non s'accontenta, e Greg leader stagionale in 14'37"08, detentore del record europeo di 14'34"04, argomenta: «Vincere al Settecolli è sempre emozionante: a Roma sono

ormai di casa. Speravo di andare ancora più veloce ma resto soddisfatto. Mi dispiace molto per l'assenza di Detti. Non era facile realizzare questo tempo, se ci ripenso sono sui valori di un anno fa prima di Rio. A Riccione ho trocato la super prestazione, ora bisogna trovarla ai Mondiali». Un Greg che dopo la promozione olimpica degli 800 (stasera) entra già nella parte di chi vuol puntare sul Triplete verso i Giochi di Tokyo: l'argento mondiale di Kazan comincerà a provarlo a fine agosto alle Universiadi di Taipei: «Non rinuncio a nulla, voglio preparare bene 800, 1500 e 10 km, peccato che a Rio gli 800 non ci fossero. Il fondo è un rischio? Ma no, Morini è più conservatore, vorrebbe che facessi bene 800 e 1500. Per ora sì, ma il fondo resta una mia priorità per la prossima Olimpiade». Da Greg a Simona Quadarella, che nei 1500 di venerdì aveva centrato il 2° tempo mondiale: la romana del '98, alle prese come gli esami di maturità, cede negli 800 sl al bronzo olimpico Kapas, e tocca in 8'29"53, a 4" dal personale. Vuole diventare la Paltrinieri in rosa...

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LE ALTRE GARE

Pellegrini senza squilli: chiude sesta nei 200 sl

● Fede da oggi in altura per la rifinitura verso il Mondiale. Martinenghi 3° nei 50 rana dietro al fenomeno Peaty e Gomes

ROMA

Due ungheresi da paura, un po' d'Italia e la velocità di Fede. La seconda giornata del Settecolli tra prestazioni crono di rilievo come quella del medagliato olimpico magiaro Tamas Kenderesi che rimonta nell'ultima vasca il re di Londra, Chad Le Clos e lo batte di mezzo secondo col 3° tempo mondiale stagionale in 1'54"33. O come quella ancora

più clamorosa e sempre di mezzo secondo, firmata da David Verrasto, al cospetto del bicampione mondiale dei 400 misti (Turrini sotto il podio), il nipponico Seto: a Roma il ranking subisce uno scossone di 2" e ora comanda l'ungherese in 4'07"47, crono che oscura il 4'09" dell'argento olimpico Chase Kalisz, prossimamente in acqua nei trials americani di Indianapolis.

ANCORA ADAM Il terzo crono

più rilevante non poteva che firmarlo Adam Peaty, nei 50 rana nuotati già in stagione in 26"48, a sei centesimi dal record mondiale: il britannico tocca in 26"61 e si porta sul podio il torello brasiliano Joao Gomes jr (26"95) e Nicolò Martinenghi, che a Riccione aveva nuotato sotto i 27" e qui si conferma in 27"03 dopo il record italiano nei 100 di 59"31. «Al di là del podio - dirà il diciassettenne varesino - il bilancio è positivo, derivato dalle sensazioni fisiche e soprattutto emotive. È stato un Settecolli da incorniciare, che ho interpretato come momento di passaggio e sono venute fuori tra le mie migliori gare soprattutto

nei 100. Nei 50 è arrivato ciò che m'aspettavo, non il miglior tempo, visto che il carico si fa sentire. Nuotare a fianco di Peaty è qualcosa di fantastico».

FEDE IN LINEA Anche Federica Pellegrini, prosciugata emotivamente dal successo balistico nei 200 sl, non si aspettava certo di migliorare il 53"18 di un anno fa al Settecolli (chiude sesta in 54"48): semplicemente perché un anno fa era reduce dall'altura, e quest'anno ci salirà da oggi tra Livigno e Sierra Nevada. Una Fede d'alta quota, che riapparirà direttamente nella Danube Arena iridata, e che conferma le perplessità sulla situazione delle



Federica Pellegrini, 28 anni, prima dei 100 sl LAPRESSE

tre staffette. Era dal dorso, soprattutto, che si attendevano segnali decisivi per le 4x100 miste: il promosso sarà Matteo Milli, ancora sul podio (dei 100), mentre Margherita Panziera, duecentista, è sesta nei 100 in 1'01"17, crono peggiore di quello fatto segnare ai primaverili di Tania Quagliari (1'00"97). Rimandata anche Carlotta Zofkova: ma l'Italia fa troppa fatica in questa specialità, basti pensare che non è mai stato infranto il muro del minuto. Infine, Ilaria Bianchi nei 100 delfino vince in 57"89, Ilaria Scarcella è terza nei 50 rana.

s.a.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'EVENTO IN VATICANO TRA SELFIE E SORRISI



● 1 Il selfie di Gregorio Paltrinieri, 22 anni, con Papa Francesco, 70; con loro il presidente Fin Paolo Barelli, 63, e Federica Pellegrini, 28
● 2 Scambio di doni tra la Pellegrini e il Papa ● 3 Gli atleti in udienza

Emozione e gioia Il nuoto italiano da Papa Francesco

● In visita dal Pontefice, donati due costumi bianco e giallo. Pellegrini: «Mi ha detto che li userà»

Stefano Arcobelli
ROMA

Dal Pontefice, a mezzogiorno. I campioni del nuoto, in tuta, invadono la sala Clementina, curiosi e trepidanti. C'è solennità, ma anche la leggerezza che la bella gioventù trasmette. Prima i discorsi, poi la benedizione, i saluti. I selfie. L'omaggio a tono: due costumi di bianco e giallo, i colori del Vaticano: «Mi ha detto che forse li userà» rivela Federica Pellegrini, straluce di avere vicini i genitori Cinzia e Roberto. Fede, insieme a Gregorio Paltrinieri, consegna la cuffia bianca personalizzata a Papa Francesco, che ricambia con i rosari. Applausi, battute, e richieste d'ogni genere: «Vorrei abbracciarla» chiede e ottiene Filippo Magnini, capitano di lungo corso di una nazionale schierata al completo per la visita organizzata dalla federazione dopo le batterie del mattino, disputate alla svelta proprio per non per-

dere l'appuntamento «più emozionante» che coinvolge gli australiani Horton, Magnussen e McEvoy, il sudafricano Le Clos, la svedese Coleman, il tedesco Koch, i brasiliani Cielo e Fratus, le danesi Blume e Pedersen, la francese Bonnet, il giapponese Seto, le olandesi Kromowidjodjo e Hemskerk, le ungheresi Kapas e Jakabos, la britannica O'Connor, l'ucraino Govorov, il ceco Micka. I campioni e il Papa argentino, lo sportivo che tiene molto all'acqua e al quale il presidente Paolo Barelli chiede un sostegno per creare «ponti contro muri, intolleranze, barriere».

ACQUA E VITA Il Pontefice sottolinea: «L'acqua è vita, senza acqua non esiste la vita, a contatto con l'acqua imparate ad avere ripugnanza verso tutto ciò che è inquinante, nello sport e nella vita. In una società come la nostra che viene definita liquida, priva di riferimenti saldi, i valori siano molto solidi, ma serve impegno costante, forza d'animo». Il Papa cita San Francesco per sottolineare che «l'acqua è utile, umile e preziosa. Gareggiare in acqua possa essere un contributo a una diversa cultura dell'acqua» dove si immergono i nuotatori: «Il corpo va curato e non idolatrato, c'è bisogno di interiorità e la ricerca di senso in ciò che fate; la forza e il coraggio nel resistere alla fatica;

la visione chiara di quale approdo cercare nella vita e come raggiungerlo; il valore di autenticità che dice trasparenza, limpidezza, pulizia interiore».

EMOZIONI Cielo guarda le bellezze della sala, il suo compagno sprinter Fratus chiede «una benedizione per sempre». Fede è nel nome, ma con la fede come va? «Il mio rapporto con la fede è molto stretto. Ho ricevuto un grande insegnamento dai miei genitori. È stato bello non solo a livello personale, ma penso per tutto il nuoto in generale. È un bel susseguirsi di emozioni in questi giorni. Sono contenta di essere qui oggi dopo aver incontrato Ratzinger nel 2009 durante i Mondiali. Abbiamo chiesto al Papa se fosse possibile scattare un selfie e lui ci ha detto sì». E Gregorio ammette: «Siamo stati davvero felici; è stata un'emozione grandissima per tutto il nuoto. Ho visto gente piangere dall'emozione».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

«SIAMO DAVVERO FELICI. GRANDE EMOZIONE PER TUTTO IL NUOTO»

GREGORIO PALTRINIERI
SULLA VISITA IN VATICANO

«SONO CONTENTA. NEL 2009 AVEVO INCONTRATO RATZINGER»

FEDERICA PELLEGRINI
SULLA VISITA IN VATICANO

Capolavoro Italia Croazia k.o ai rigori Finale con la Serbia

ITALIA 9

CROAZIA 7

DOPO RIGORI (1-1, 3-2, 1-2, 1-1)
MARCATORI: 1'38" Loncar, 5'31" Gallo; 8'31" Velotto s.n., 10'29" Vukicevic s.n., 11'38" F.Di Fulvio, 14'45" Setka s.n., 15'34" Gallo s.n.; 16'56" L.Fatovic, 17'42" Setka, 18'16" Figlioli s.n.; 24'32" Buljubasic, 31'39" Figlioli rig.
ITALIA: Del Lungo, F.Di Fulvio, N.Gitto, Figlioli, C.Mirarchi, Gallo, Bodegas, Velotto, Nora, Renzuto, Aicardi, Bertoli. N.e. Volarevic. All. Campagna.
CROAZIA: Bijac, Loncar, Jokovic, Vukicevic, Buslje, Setka, J.Garcia; Macan, A.Petkovic, Buljubasic, L.Fatovic, Krapic. N.e. Marcell. All. Tucak.
ARBITRI: Buch (Spa) e Krizhanovskiy (Rus).
NOTE: sup. num. Italia 8 (3 gol), Croazia 10 (2). Usc. 3 f. N.Gitto 23'11". Amm. Tucak.
Sequenza rigori: Jokovic parato, Figlioli gol, Vukicevic parato, Gallo gol, Setka gol, F.Di Fulvio gol, J.Garcia parato.



Il capitano Pietro Figlioli, 33 anni, in marcatura su Vukicevic

● Il portiere Del Lungo decisivo: ferma tre tiri dai 5 metri. Oggi finale alle 15

Franco Carrella
INVIATO A RUZA (RUSSIA)

L'esame con la Serbia non era andato bene, quello con la Croazia viene superato. Nella semifinale di World League, il Setebello si prende una buona dose di applausi: «Eppure abbiamo commesso alcuni errori gravi, regalando 4 gol a uomini pari. Col cuore siamo riusciti a spuntarla dopo una partita a scacchi» commenta l'insaziabile Sandro Campagna. Epilogo ai rigori, come era già avvenuto all'esordio con gli Stati Uniti, e stesso risultato: 9-7. Anche stavolta il protagonista è Del Lungo, che neutralizza tre tiri dei vicecampioni olimpici e mondiali. Il tabù può essere spezzato, oggi di nuovo contro i serbi che hanno sofferto con gli americani imponendosi dai cinque metri. È l'unico trofeo che ci manca.

EMOZIONI Con la Croazia ci sono rapporti di buon vicina-

to, le due squadre si erano allenate insieme dal 27 al 30 aprile a Fiume, con tanto di amichevole vinta dagli azzurri (5-4). Come aveva illustrato Campagna alla vigilia, quella di Tucak è una formazione che nelle ultime stagioni si è trasformata: meno fisicità e più velocità. Fatovic (convocato al posto dell'infortunato Sukno) e Vukicevic pungono dalla fascia sinistra, Jokovic e Garcia a destra dell'attacco. Predominio delle difese, gli azzurri si preoccupano di non subire controfughe. Ritmi lenti e risultato in equilibrio: l'ultimo tempo si apre sul 5-5, Buljubasic con un guizzo firma il sorpasso dopo 32" quando i nostri scalano male le marcature, tanta schiuma ai due metri e arbitraggio pessimo di Krizhanovskiy, poi sull'ultimo possesso croato Di Fulvio ruba palla a Setka (gioca in A-2, con la Roma Nuoto: i suoi impegni in Nazionale hanno determinato il rinvio della finale promozione contro la Florentia) e s'invola verso la porta di Bijac guadagnandosi un rigore trasformato da Figlioli a 21" dalla sirena. È il pareggio che interrompe un digiuno di 13' e allunga le emozioni. Dai cinque me-

tri si esalta il numero 1 bresciano che respinge i tiri di Jokovic, Vukicevic e Garcia.

SODDISFAZIONE «Al di là dei rigori, Marco aveva parato bene anche in partita - osserva Campagna -. È stato bravo a non demoralizzarsi quando ha beccato due reti balorde, il 4-4 di Fatovic e il 5-4 di Setka nel terzo quarto, non per colpa sua». Fin qui, i croati avevano fatto percorso netto con larghi successi: 13-5 sul Giappone, 12-7 sulla Russia, 8-3 sull'Australia, 19-3 col Kazakistan nei quarti. Croazia-Italia fu finale olimpica

nel 2012 a Londra e sulla panchina dei vincitori c'era il grande ex Rudic, ora consulente tecnico, assente a Ruza. Oggi si replica con i campioni olimpici e mondiali che nel girone ci hanno superato 13-7: «È stimolante confrontarsi con i più forti», dice il c.t. azzurro. Ai vincitori spetteranno la gloria e 100.000 dollari.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Semifinali: Italia-Croazia 9-7 rig. (6-6), Serbia-Usa 13-11 (8-8).
Oggi: finale 3° posto Croazia-Usa (13-40 italiane), finale 1° posto Italia-Serbia (15). Dirette streaming sul sito fina.org

LA CHIAVE

2

vittorie ai rigori per l'Italia in questa fase finale di World League: 9-7 anche contro gli Usa

Softball > Europeo in Italia

Diamante azzurro Alle 21 l'esordio contro la Spagna

Maurizio Caldarelli

Scatta oggi, sui diamanti di Bollate, Caronno Pertusella, Rho e Bovisio Masciago, il 20° Europeo (10 vittorie Italia, 9 Olanda), il primo dopo il ritorno all'Olimpiade. Le azzurre di Enrico Obletter, che debuttano alle 21 contro la Spagna, difendono il titolo conquistato due anni fa a Rosmalen

(Ola), con un gruppo rinnovato (8 novità su 17 rispetto al Mondiale 2016), ma non per questo meno concentrato e agguerrito, che fa leva sulla potenza nel box di Erika Piancastelli e sulla solidità in pedana di Greta Cecchetti. «Abbiamo fatto una bella preparazione - dice il manager azzurro - conclusa venerdì sera con la vittoria per 3-0 nell'All Star Game contro un avversario fortissimo. C'è tanta voglia di far bene e di vincere, sfruttan-

do il fattore campo. Le avversarie? Olanda, ma anche Grecia e Gran Bretagna imbottite di oriunde».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

NAZIONALE Le 17 azzurre: Bertossi (19 anni), Lara Cecchetti (24), Collina (29, al rientro dopo 12 anni), Comar (21), Gasparotto (20), Longhi (24), Vigna (18), Marrone (20), Buila (27), Elisa Cecchetti (21), Greta Cecchetti (28), Parisi (23), Cacciamani (23), Ricchi (23), Piancastelli (21), Nicolini (21), Brandi (24). Riserve Refrontolotto e Lacatena.

CALENDARIO Il calendario azzurro nella prima fase, che vede al via un numero record di 23 squadre: oggi (a Bollate) 21 Italia-Spagna, domani (Bollate) 14 Svizzera-Italia, 20.45 Italia-Francia; martedì (Caronno): 11.45 Italia-Croazia.
PLAYOFF Da martedì pomeriggio scattano i playoff tra le prime tre dei quattro gironi; venerdì sera le semifinali; sabato le finali.



1 Simona Quadarella, 18 anni, iridata junior dei 1500 INSIDE
 2 Matteo Milli, 28, dorsista
 3 Alex Di Giorgio, 26 anni

Super Quadarella Roma ha trovato l'erede della Filippi

Roberto Parretta
 ROMA

Il Settecolli ha ritrovato una regina romana: è Simona Quadarella, che nelle prime due giornate di gare ha firmato una splendida vittoria sui 1.500 e il secondo posto negli 800 stile, facendo esultare il pubblico di casa. A dir la verità, venerdì sera un po' di gente aveva già lasciato le tribune, dopo la vittoria di Federica Pellegrini sui 200. «È ovvio che Federica sia più importante, però spero che domani si fermino tutti per i miei 800», diceva venerdì sera dopo la prima vittoria. E dopo la telefonata del suo presidente Giovanni Malagò: Simona è infatti un'at-

leta del Circolo Canottieri Aniente, allenata da Christian Minotti. «Era contento e mi ha voluto sentire subito», sorrideva dopo la premiazione.

TIFOSI A vederla, come al solito, papà Carlo e mamma Marzia, la «tassinara», che per una vita ha accompagnato Simona e la sorella maggiore Erica in piscina. «Lei invece non c'era, era a Milano». Simona non si aspettava simili risultati e simili tempi: «In acqua avevo sensazioni abbastanza brutte, sono appena scesa dalla fase di preparazione in montagna e di solito subito dopo sono ferma. E vista la fase di carico, non mi aspettavo il tempo, veramente buono. Sono contenta in previsione dei Mondiali». Ecco, ap-



UNA GRANDE
 ATLETA
 E UN MODELLO
 CUI ISPIRARMI

SIMONA QUADARELLA
 SU ALESSIA FILIPPI

punto: tra meno di un mese a Budapest punterà alle finali iridate: «Confido di fare bene, visto che ci sto lavorando e con questi tempi ora posso crederci un po' di più». Ma già qualificarsi per le finali e andare a sfidare fenomeni come l'americana Katie Ledecky, l'ungherese Boglarka Kapas, la spagnola Mireia Belmonte, l'australiana Jessica Hashwood o la cinese Bingjie Li l'aiuterebbe a salire di un altro gradino nella sua consapevolezza. A farla arrivare preparata pensa il suo allenatore Minotti: dopo le gare di 1.500 e 800 ha rimandato in vasca per 2-300 metri di defaticante la sua Simona, tanto da dover chiedere agli addetti dello stadio di non spegnere le luci e chiuderli dentro, visto che il programma era abbondantemente finito.

ESAMI Senza dimenticare che Simona è reduce dalla doppietta 800-1.500 agli Assoluti di Riccione in aprile (8 i titoli italiani vinti in carriera) e che in questi giorni sta facendo la Maturità scientifica: «Alla prova d'italiano ho scelto la traccia

socio-economica, quella sulla tecnologia e l'umano, nella prova di matematica dopo avere letto la prima traccia, quella sulla bicicletta e le ruote quadrate, sono andata diretta sulla seconda, che era più fattibile. Dopo la terza farò subito l'orale». In mezzo ci voleva anche il Settecolli... «Fino a giovedì non avevo tanta ansia e adrenalina, sapevo di non averla preparata troppo. Ma in camera di chiamata ho iniziato ad avvertire la voglia di andare forte». Anche perché doveva in qualche modo sdebitarsi con Alessia Filippi, che ha speso per lei belle parole, e per far vedere ai romani che in acqua stava scendendo una degna erede della regina romana dei Mondiali del 2009: «Per me lei è stata una grande atleta e un modello a cui ispirarmi, mi piaceva moltissimo».

ROMANI E, a proposito di giocare in casa, ieri Matteo Milli è salito sul podio, terzo, nella finale dei 200 dorso, mentre quinto posto di Alex Di Giorgio nei 200 stile vinti dal coreano Park.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

● La regina di 1500 e 800 punta alle finali mondiali «Con questi tempi ci credo». E adesso la Maturità...

DAGO SPIA.com

ACQUA AZZURRA - DAL "SETTECOLLI" AI MONDIALI DI NUOTO: DIETRO IL MARZIANO PEATY, C'E' UN MARTINENGI DA INCANTO – DOPO LO SHOW NEI 1500 E 800 STILE, LA ROMANA SIMONA QUADARELLA A BUDAPEST PUNTA ALLE FINALI (MA PRIMA LA MATURITÀ..) – TRA GLI EMERGENTI PIZZINI, PANZIERA E IL DORSISTA MATTEO MILLI



Il Settecolli ha ritrovato una regina romana: è Simona Quadarella, che nelle prime due giornate di gare ha firmato una splendida vittoria sui 1.500 e il secondo posto negli 800 stile, facendo esultare il pubblico di casa.

A dir la verità, venerdì sera un po' di gente aveva già lasciato le tribune, dopo la vittoria di Federica Pellegrini sui 200. «È ovvio che Federica sia più importante, però spero che domani si fermino tutti per i miei 800», diceva venerdì sera dopo la prima vittoria. E dopo la telefonata del suo presidente Giovanni Malagò: Simona è infatti un' atleta del Circolo Canottieri Aniene, allenata da Christian Minotti. «Era contento e mi ha voluto sentire subito», sorrideva dopo la premiazione.

A vederla, come al solito, papà Carlo e mamma Marzia, la «tassinara», che per una vita ha accompagnato Simona e la sorella maggiore Erica in piscina. «Lei invece non c'era, era a Milano». Simona non si aspettava simili risultati e simili tempi: «In acqua avevo sensazioni abbastanza brutte, sono appena scesa dalla fase di preparazione in montagna e di solito subito dopo sono ferma.

E vista la fase di carico, non mi aspettavo il tempo, veramente buono. Sono contenta in previsione dei Mondiali». Ecco, appunto: tra meno di un mese a Budapest punterà alle finali iridate: «Confido di fare bene, visto che ci sto lavorando e con questi tempi ora posso crederci un po' di più».

Ma già qualificarsi per le finali e andare a sfidare fenomeni come l'americana Katie Ledecky, l'ungherese Boglarka Kapas, la spagnola Mireia Belmonte, l'australiana Jessica Hashwood o la cinese Bingjie Li l'aiuterebbe a salire di un altro gradino nella sua consapevolezza. A farla arrivare preparata pensa il suo allenatore Minotti: dopo le gare di 1.500 e 800 ha rimandato in vasca per 2-300 metri di defaticante la sua Simona, tanto da dover chiedere agli addetti dello stadio di non spegnere le luci e chiuderli dentro, visto che il programma era abbondantemente finito.

Senza dimenticare che Simona è reduce dalla doppietta 800-1.500 agli Assoluti di Riccione in aprile (8 i titoli italiani vinti in carriera) e che in questi giorni sta facendo la Maturità scientifica: «Alla prova d'italiano ho scelto la traccia socio-economica, quella sulla tecnologia e l'umano, nella prova di matematica dopo avere letto la prima traccia, quella sulla bicicletta e le ruote quadrate, sono andata diretta sulla seconda, che era più fattibile.

Dopo la terza farò subito l'orale». In mezzo ci voleva anche il Settecolli... «Fino a giovedì non avevo tanta ansia e adrenalina, sapevo di non averla preparata troppo. Ma in camera di chiamata ho iniziato ad avvertire la voglia di andare forte». Anche perché doveva in qualche modo sdebitarsi con Alessia Filippi, che ha speso per lei belle parole, e per far vedere ai romani che in acqua stava scendendo una degna erede della regina romana dei Mondiali del 2009: «Per me lei è stata una grande atleta e un modello a cui ispirarmi, mi piaceva moltissimo».

Tratto da: <http://m.dagospia.com/acqua-azzurra-dal-settecolli-ai-mondiali-di-nuoto-martinenghi-quadarella-milli-150760>

Nuoto, Settecolli 2017: Paltrinieri regale, Pellegrini divina agonista, Detti febbre mondiale e Martinenghi un giovane italiano raro...



La tre giorni del 54° Trofeo Settecolli di nuoto è andata in archivio e quali sono state le istantanee del darsi agonistico in vasca nel Foro Italico? La squadra italiana si è presentata in forze ed ha messo in mostra i suoi campioni al cospetto di atleti stranieri assai qualificati e qualche giovane che continua a crescere decisamente in fretta.

GREGORIO PALTRINIERI

La fase di scarico non c'è stata affatto per il buon Greg. La cura di Stefano Morini non riserva sconti e dunque questo meeting di passaggio era un test per continuare ad allenarsi, da un punto di vista agonistico, per quel che sarà Budapest tra circa un mese (23-30 luglio). Ebbene il 14'49"06 ottenuto a Roma è un ottimo segnale. Raramente il carpigiano era andato così forte in questo periodo, asfaltando letteralmente il rivale Mack Horton (4° 15"05"64). Il riscontro è confortante ed è soprattutto piaciuto l'approccio del campione olimpico delle 30 vasche sempre regolare, mettendo in evidenza anche un buon ultimo stint di gara, uno dei pochi punti deboli del fenomeno italiano. Il messaggio che Paltrinieri manda, quindi, è piuttosto chiaro ed in Ungheria si punta alla conferma.

FEDERICA PELLEGRINI

La condizione di quest'anno non è minimamente paragonabile a quella del 2016 quando i tempi, appena scesa dalla montagna, avevano stupito anche lei. Federica, però, pur essendo non in condizione ha messo in mostra le sue solite doti d'agonista e nella sua gara, i 200 stile libero, è sempre il solito "cagnaccio". Sembrava persa ai 150m quando Michelle Coleman, la svedese seconda nel ranking mondiale, aveva 1" di vantaggio. Poi quell'ultimo 50m da 29"0, aprendo letteralmente la vasca e sfruttando anche "l'annegamento" della rivale, le ha regalato una vittoria frutto di determinazione e mentalità. 1'56"16, bene così.

GABRIELE DETTI

Potremmo chiamarla febbre mondiale...Il toscano si è presentato in questo weekend nella Capitale, oltre che molto carico di lavoro anche in non perfette condizioni fisiche. Dopo aver ottenuto il secondo posto in 3'45"88, alle spalle del coreano Park Tae-Hwan (3'44"54), nei 400 stile libero, il bronzo olimpico della distanza è stato costretto a dare forfait per uno stato febbrile. Una condizione che, da notizie provenienti dalla vasca, poco è stata gradita da Morini, desideroso che la preparazione in ottica Budapest proceda nel miglior modo possibile. Tuttavia, pur menomato, quel crono è da prendere con il sorriso ed è un segnale che il lavoro sta procedendo bene. L'atleta asiatico, al pari di Horton e Sun Yang, in attesa degli americani nei loro trials, sarà un avversario difficile da battere ma l'obiettivo di Gabriele è chiaro: migliorare il suo 3'43"36 e volare ancor più in alto.

NICOLO' MARTINENGI

Veniamo al capitolo "Giovani". Il varesino non è proprio una sorpresa, visto quello che ha mostrato a Riccione negli Assoluti. Tuttavia, nel confronto con l'alieno Adam Peaty, il varesino classe '99, non ha sfigurato ed, anzi, ha ottenuto un grandioso record italiano nei 100 rana migliorando di 11 centesimi il tempo che consentì a Fabio Scozzoli di centrare l'argento nel Mondiale di Shanghai (2011). Un modo di gareggiare coraggioso quello di Martinengi, sempre in spinta e con tanta voglia di battersi. Al contrario di molti dei nostri atleti, spesso intimoriti dal gareggiare fianco a fianco con dei campioni, il 17enne lombardo non trema anzi è stimolato dall'aver avversari forti, capaci di spingerlo ancor di più. Il 59"31 ha questo significato. L'Italia dunque può prepararsi ad accogliere un altro potenziale campione.

SIMONA QUADARELLA

Chiudiamo con la padrona di casa. La ragazza romana, fondista di razza, nella piscina che regalò ad un'altra figlia di Roma il trono mondiale sui 1500 stile libero (Alessia Filippi), ha dato un saggio delle sue grandi qualità esibendo una prestazione nelle trenta vasche da nuotatrice matura. Il 16'03"55 è per Simona un riscontro importante: 2° crono dell'anno nella specialità a livello mondiale, il nuovo primato personale ed il secondo tempo mai nuotato in Italia. Un'incetta di primati che l'allieva di Christian Minotti può portarsi a casa e porre nella sua valigia in vista dell'avventura magiara.

Tratto da: <https://www.oasport.it/2017/06/nuoto-settecolli-2017-paltrinieri-regale-pellegrini-divina-agonista-detti-febbre-mondiale-e-martinengi-un-giovane-italiano-raro/>



Roma, Simona Quadarella vince la specialità dei 1500mt S.L. agli Internazionali di Nuoto di Roma - Trofeo Sette Colli



Settimana ricca di impegni ed esami, non solo sportivi, per **Simona Quadarella**, atleta in forza al **G.S. VV.F. Fiamme Rosse**. Cominciata lunedì 19 con l'esame di fine corso ad Allievo Vigile del Fuoco ed il conseguente giuramento, la settimana dell'atleta romana è proseguita mercoledì e giovedì con le prove scritte dell'esame di maturità, per concludersi venerdì e sabato con gli Internazionali di Nuoto – Trofeo Sette Colli.

L'importante e tradizionale appuntamento del nuoto italiano, svoltosi allo stadio del nuoto di Roma dal 23 al 25 giugno, ha richiamato, quest'anno, grandi campioni internazionali e le rappresentative nazionali di ben 36 paesi di tutti i continenti.

L'atleta dei Vigili del Fuoco, che gareggiava per l'occasione in azzurro, ha dominato la specialità dei 1500s.l. con il tempo di 16'03"55, migliorando il suo personale di quasi 2 secondi e stabilendo la seconda prestazione stagionale mondiale assoluta. Partita subito forte, nonostante la presenza in acqua nella corsia accanto di Borkláva Kapas, campionessa europea della distanza e bronzo olimpico degli 800s.l., Simona ha impostato un passo di gara insostenibile per le sue avversarie, prendendo subito il largo. Dopo la virata degli 800 metri, l'atleta ungherese ha tentato di ricucire il distacco, ma complice anche la stanchezza dei 400s.l. nuotati e vinti un'ora prima, si è dovuta arrendere ad una Quadarella scatenata.

Archiviati i 1500s.l., la sfida Kapas-Quadarella si è ripresentata il giorno dopo sulla distanza degli 800m stile libero. Questa volta, però, l'esperta atleta magiara non si è fatta trovare impreparata e fin dalle prime bracciate ha subito regolato le distanze con l'italiana andando a vincere la gara. Per Simona è arrivato comunque un buon secondo posto, con una prestazione in linea con i suoi migliori tempi personali.

Le ottime prove al Sette Colli fanno ben sperare per l'appuntamento più importante stagionale, i Campionati mondiali di nuoto che si terranno a Budapest dal 23 al 30 luglio, nei quali l'atleta delle Fiamme Rosse sarà impegnata in entrambe le specialità, 800mt e 1500mt, del mezzo fondo in vasca.

Tratto da: <http://www.unvs.it/Roma-Simona-Quadarella-vince-la-specialita-dei-1500mt-SL-agli-Internazionali-di-Nuoto-di-Roma.htm>

Il nuoto abbraccia Francesco. Una cuffia per il Papa da Pellegrini e Paltrinieri

Una delegazione del Settecolli (400 persone) ricevute in Vaticano. Pellegrini e Paltrinieri hanno consegnato una cuffia personalizzata al Santo Padre. In prima fila anche Detti, Magnini e Dotto, a guidare tutta la nazionale e lo staff. Tra gli stranieri, Le Clos, Cielo e Fratus, Horton

24 giugno 2017 - CITTÀ DEL VATICANO

Una visita solenne del nuoto mondiale al Pontefice in Vaticano. Nella sala Clementino del Palazzo Apostolico la delegazione del Settecolli di circa 400 persone guidata dal presidente Paolo Barelli è stata ricevuta in udienza privata da Papa Francesco che si è sempre professato sportivo. Il Papa argentino salutato subito calorosamente dai campioni azzurri. Gli olimpionici Federica Pellegrini e Gregorio Paltrinieri hanno consegnato una cuffia al Santo Padre. In prima fila anche Gabriele Detti, Filippo Magnini e Luca Dotto, a guidare tutta la nazionale e lo staff. Tra gli stranieri, nelle prime file i brasiliani Cesar Cielo e Bruno Fratus, molto religiosi, l'australiano Mack Horton, le olandesi Kromowidjojo e Heemskerk. Una benedizione molto sentita alla fine. All'arrivo Federica ha scattato un selfie con i genitori Cinzia e Roberto.



La cuffia donata al papa da Pellegrini e Paltrinieri

in fila coi brividi — Francesco ha accolto tutto cordialmente e poi ha fatto un breve discorso, partendo dal concetto che "l'acqua è vita", poi "l'acqua è liquida e fondamentale, ma il nuoto è solido per l'impegno costante che ci mettete e col vostro spirito. Il corpo va amato e non idolatrato. A contatto con l'acqua, imparate ad avere ripugnanza verso tutto ciò che è inquinante, nello sport e nella vita". Il presidente Barelli: "Per noi è un'occasione di privilegio e di riflessione oltre ogni barriera. Lo sport è un ponte, volano di lealtà e perseveranza e dialogo".

Poi, tutti in fila indiana per salutare Francesco, che ha mostrato di apprezzare molto i due costumi avuti in dono - uno bianco e uno giallo, i colori della bandiera Vaticana - oltre alla cuffia con la scritta "Papa Francesco" e al kit della Nazionale. Rosolino, dopo aver visto il selfie di Francesco con Pellegrini e Paltrinieri, ne ha chiesto, e ottenuto, uno tutto per se, in un clima di grande cordialità. Il Papa ha salutato Cielo e gli ha chiesto sornione: "Sei brasiliano?". Un lungo momento in cui apparsa evidente l'emozione di tutti i nuotatori che si avvicinavano al Santo Padre per il saluto. Magnini ha abbracciato forte Francesco, finale con foto finale del Pontefice con un nutrito gruppo di piccoli nuotatori.

Tratto da: <http://www.gazzetta.it/Nuoto/24-06-2017/nuoto-abbraccia-francesco-cuffia-il-papa-pellegrini-paltrinieri-2001210436723.shtml>