



# La Gazzetta dello Sport

Tuttoilrosa della vita



## MOURINHO FA SEMPRE DISCUTERE PROVOCATORE O PROFETA?

La mano all'orecchio all'Allianz Stadium impazza sui social e spacca anche gli inglesi

BOCCI, BOLDRINI, DI FEO, IANDIORIO > PAGINE 12-13



LO SPUNTO di LUIGI GARLANDO

### IL GESTO DI JOSÉ E GLI STADI DA RIPULIRE

Molti giornali inglesi hanno condannato José Mourinho per il gesto provocatorio a fine partita rivolto ai tifosi juventini, così come hanno censurato l'indegna simulazione di Sterling (City).

PAGINA 13

## SUSO RIMONTA IL BETIS (1-1)

# MILAN OK

# MA QUANTI KO

Ringhio resta in corsa in Europa League però è emergenza in vista di domenica: Musacchio steso da Kessie che poi si fa male, Calha azzoppato. E Biglia è fuori per quattro mesi  
Mercato: spunta Pato

BIANCHI, GOZZINI, PASOTTO, SAETTA > PAGINE 2-3-5-6-7



Gioia e dolore In alto Musacchio trasportato fuori dal campo in barella Qui l'esultanza dopo la rete di Suso



### 16 I BIANCONERI DOPO LA PRIMA SCONFITTA

## JUVE TROPPO BUONA TANTI TIRI, POCA MIRA SERVE PIÙ CINISMO

Solo il City conclude di più tra le big, ma sei squadre hanno un bottino di gol superiore

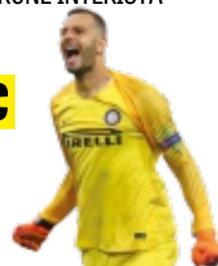
BIANCHIN, DELLA VALLE > PAGINE 16-17



Rimbalzato Paulo Dybala, una traversa contro lo United

### 18 LE CIFRE DEL PORTIERONE INTERISTA

## FENOMENO HANDANOVIC IL MIGLIORE IN EUROPA



D'ANGELO, STOPPINI > PAGINA 18

IL COMMENTO di ARRIGO SACCHI

## PIÙ CORAGGIO, L'ESEMPIO CR7

Il limite maggiore di quasi tutte le squadre italiane consiste nel lavorare più per fermare gli avversari che per dare un'identità al proprio gioco. Forse non si è convinti della validità (...)

PAGINA 33

### 27 OGGI LE CONVOCAZIONI

## Nazionale ballottaggio tra Pavoletti e Belotti

Per Portogallo e Stati Uniti Mancini ha un solo dubbio Il cagliaritano è in vantaggio

ELEFANTE, LICARI > PAGINA 27



### > IL ROMPIPALLONE di GENE GNOCCHI

Juve-Manchester. Mourinho torna sui suoi passi: «Il gesto con la mano all'orecchio non lo rifarei. Le metterei tutte e due».

# INSIEME UNICI



PROMO  
ALL'INTERNO



STORIE  
E PERSONAGGI  
DA NON  
PERDERE



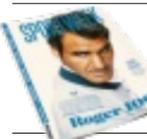
## Eurolega: russi ok al Forum OLIMPIA BELLA E TOSTA PERÒ VINCE IL CSKA

ORIANI, TAMINELLI > PAGINE 44-45



## Nuoto: l'intervista QUARELLA A FEDE «NOI IN STAFFETTA»

ARCOBELLI, PARRETTA > PAGINA 45



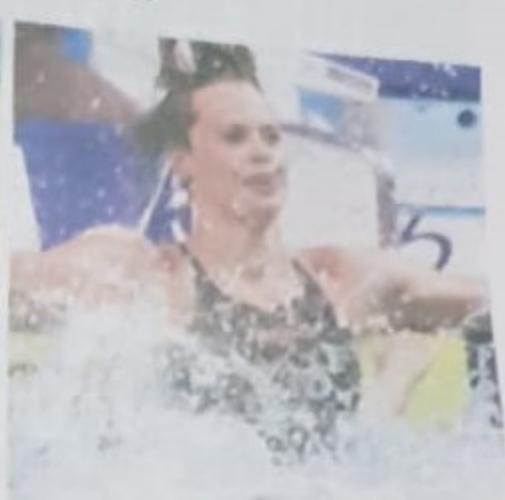
## Su SportWeek INFINITO FEDERER CACCIA AL 100° TORNEO

DOMANI IN EDICOLA A 2 € CON LA GAZZETTA

PARLA LA TRICAMPIONESSA EUROPEA DI GLASGOW

FEDE È UN ESEMPIO: HA SEMPRE FAME DI VITTORIA E NON MOLLA MAI

I 200 SL? LEI LI PUÒ FARE AD ALTO LIVELLO QUANDO VUOLE, IO ANCORA NO



Simona Quadarella, 19 anni, tre ori europei 2017. Federica Pellegrini, 30, 3 ori mondiali nel 200 sl 1998

# Quadarella alla Pellegrini «Ricostruiamo insieme una grande 4x200 sl»

La romana proverà le quattro vasche, ma in funzione staffetta è un ricambio generazionale. Magari con Fede la rilanciamo»

LISI  
FANO  
ELLI

TORNA  
GARA  
CUORE:  
UN RITO

Genova, domani, si innoverà quasi un anno: perché quando si tornerà a Roma, bisognerà dare un'importanza solenne alla gara del 2019. Anche se siamo in un meeting in città, il ritorno di Pellegrini ai 200 sl è stato con il giusto orgoglio. Mentre per la staffetta di questa stagione la campionessa romana è in carica da 25 e non c'è da sottovalutare la sua esperienza olimpionica. Il passaggio è graduale dopo la fine della transizione da oggi. Ai Giochi di Rio si è godersi un po' di pace e a tutta, ma solo lei: è lei a parlare ad alto livello. È il primo grande ritorno in estate. Si attende tutto il mondo. Necessita per

Roberto Parretta  
ROMA

**L**ivigno, Roma (con record), ora Genova, poi Livorno, Assoluti e Mondiali. È la road map dell'inverno in vasca corta di Simona Quadarella, tricampionessa europea. Dopo tre settimane ad allenarsi in altura, la 19enne romana dei Vigili del Fuoco, nella gara intersociale del suo Aniene, ha migliorato di 2"57 il suo record italiano dei 1500 in vasca corta (14'44"76), a 85 giorni dai 400 sl d'oro di Glasgow. «Appena tornati a Roma, Minotti mi ha detto che avrei fatto i 1500, io ho provato a dire di no, gli ho chiesto di farmi fare gli 800, ma lui ha insistito».

**D'altronde non si diventa allenatori dell'anno per caso...**  
«Christian ci ha visto lungo, come al solito. Ha visto che stavo bene. Mi aveva chiesto una gara in progressione, alla fine nei 3 passaggi da 500 ho fatto tempi identici, ma 10" in meno rispetto a quanto mi aveva chiesto».

**L'altura quindi fa bene?**  
«Dipende dall'atleta e dal tipo di altura. Lo scorso anno dopo la Sierra Nevada sono arrivata in allenamento e stavo malissimo, facevo tempi indecenti, poi ai Mediterranei sono andata forte. Aveva fatto bene dopo, ora sta andando bene da subito».

**Ai Mondiali cinesi di Hangzhou a dicembre non avrà i 1500...**

«Farò 800 e 400. I 200? Li provo a Livorno il 17. Manca poco ai Mondiali, vediamo come va. Mi piacerebbe farli bene, ora non mi piacciono, non è una gara che vinco. Non ancora».

**Lei li prova e Federica Pellegrini torna a farli: una coincidenza?**

«C'è un ricambio generazionale e magari riusciamo a far tornare grande la 4x200. L'obiettivo è quello, non pretendo di fare un 200 individuale chissà quanto competitivo, Fede può farlo quando vuole...».

**Fede cosa rappresenta per lei?**

«Un'atleta da cui prendere esempio. 30 anni non sono tanti, ma nel nuoto sì ed è bello vederla sempre affamata e con voglia di vincere. Altre mollerebbero, lei no».

**Dal record, al Sapio a Genova.**

«Mi stavo annoiando ad allenarmi e basta. La gara di domenica scorsa mi serviva per capire come sarebbe partita la nuova stagione, dopo una grande vittoria ho sempre paura che non possa andare altrettanto bene, ho sempre la voglia di confermarmi».

**Com'è la concorrenza iridata?**

«Prima di Glasgow sapevo chi ci sarebbe stato e chi no, ma in vasca corta è sempre un punto interrogativo: chi li fa, chi non li fa,

chi non ci arriva in condizione, chi si prepara al meglio. E poi io non vado come in vasca lunga. I nomi? La cinese JianJiahe Wang, l'ungherese Kesely, che ho visto benissimo ai Giochi giovanili, la tedesca Sarah Koehler. Gli Usa? Leah Smith ci sarà, la Ledecky no».

**Dopo Glasgow è diventata popolare: è dura...?**

«Quei 4 giorni prima di scappare in vacanza sono stati di fuoco, nemmeno il tempo per un gelato. Ma ci si diverte anche fra interviste e shooting. Fra le persone che ho conosciuto, sono rimasta un po' in contatto con Filippo Tortu, ci facciamo qualche battuta su Instagram».

**RECORD E AMORE**

**«Non volevo fare i 1500 ed è venuto fuori il record. Sì, ho un fidanzato: nuotava, ora studia. Tortu? Siamo amici»**

**A Livigno avete seguito i Mondiali di pallavolo femminili?**

«Sì, e ho scoperto di essere nata lo stesso giorno di Paola Egonu, il 18 dicembre 1998. Mi è piaciuto che abbia detto della fidanzata, è una cosa normale. Purtroppo molti poi ti giudicano e si può avere paura a dirlo».

**E lei l'ha trovato l'amore?**

«Sono fidanzata, ha la mia età, lui nuotava, ora studia».

**Lei tornerà in Italia dopo i Mondiali il 17, che regalo vorrebbe?**

«Un bel piattone di gricia appena arrivo a Roma». Ottimi gusti.

# La Gazzetta dello Sport

Tutto il rosa  della vita

## Livigno-Aniene-Sciorba: il triangolo della Quadarella

di [Stefano Arcobelli](#)

*La romana scende dal collegiale in altura, dà retta a Minotti e timbra il record italiano dei 1500 in vasca corta al suo club, da oggi si tuffa a Genova al Nico Sapiro. L'ha incontrata Roberto Parretta a Roma: e ce la racconta così.*

La scena, da come la racconta Simona Quadarella, è andata così. Dopo 3 settimane di collegiale a Livigno, arrivati a Roma il venerdì, Christian Minotti le fa: “Domenica alla gara dell’Aniene fai i 1500”. La 19enne romana, usando un eufemismo, non era proprio entusiasta. “Gli ho detto no (sarebbe un nooo con molte o, ndr.), dai non mi va, fammi fare gli 800. Ma mi conosce troppo bene, ci vede lungo, sapeva che stavo bene. Poi a me i 1.500 permettono di capire meglio come sto, rispetto a una gara corta. Ha avuto ragione lui, ovviamente”.

LIVIGNO – Da Livigno, Simona ha riportato a casa una buona condizione e un paio di occhiali nuovi: “Si acquistano molto bene lì. Scarpe? No. Ma ho ancora più scarpe che occhiali. A Livigno si sta bene, c’è un gruppo carino, si mangia bene, sono tutti disponibili e gentili. Certo, è pur sempre un collegiale molto faticoso, nei pomeriggi liberi non è che puoi fare quello che vuoi, si cerca di passare il tempo. Per negozi andavo con Carlotta Toni, la mia compagna d’allenamento”.



### Simona Quadarella, 19 anni

ANIENE – Ovviamente, trattandosi di allenatore dell’anno adesso bisogna dargli più retta, cara Simo! Minotti che sui risultati di allenamenti in altura non ha certezze: “Anche perché a me piaceva allenarmi al mare... Scherzi a parte, non tutti hanno gli stessi benefici, non è un vantaggio a prescindere. Poi dipende anche da che tipo di altura parliamo”. Il parallelo però balza agli occhi: Federica Pellegrini scese dall’altura subito prima di andare a Budapest a vincere il clamoroso oro dei 200 stile un anno fa, Simona si è ripresentata in acqua con un record. “Volevo che tornasse al più presto in gara”, dice Minotti, mentre da bordo vasca segue l’allenamento dei suoi. Che lo vedono chiacchierare e pensano di fregarlo: “Avete finito? Sì? Non credo... Manca un giro”, gli fa col cronometro in mano. Simona deve fare ancora un po’ di straordinario, ci sono i suoi Vigili del Fuoco che devono fare intervista e foto per il loro magazine. Anche a questo si riferisce Minotti: è

tempo di voltare pagina, mettere da parte i trionfi di Glasgow, interviste e tutto il resto, e iniziare a pensare alla lunga volata che tra estate 2019 e 2020 proporrà i Mondiali di Gwangju e i Giochi di Tokyo 2020. L'idea sarebbe quella di modificare un pochino i programmi.



### **Simona e compagne: vasche a tavoletta**

SCIORBA – Da oggi alla Sciorba di Genova saranno tante le stelle a illuminare il Nico Sapio. Simona inizia dai 400: c'è da preparare i Mondiali in corta di Hangzhou, dove farà ovviamente gli 800 (i 1.500 non sono in programma). L'impressione è di trovarsi di fronte a una Quadarella molto matura, e non solo perché ai 20 anni mancano appena 40 giorni. E l'impressione è che Minotti sia proprio l'allenatore perfetto per lei: Christian ha un modo di porsi tranquillo, rassicurante. E' schietto, verace, tipicamente romano, sa sempre quali corde toccare. Ma non solo con Simona, ovviamente. La piscina è il loro ambiente di lavoro e Minotti riesce a renderlo piacevole: una buona atmosfera che percepisce anche chi capita lì per caso. Il “no dai non voglio farli” di Simona a Christian sui 1.500 di domenica scorsa, rappresenta perfettamente la dialettica tutta romana che c'è fra i due: racchiude perfettamente quel senso di fiducia reciproca e di confidenza alla base di un rapporto sano e vincente. (Roberto Parretta)

Tratto da: <http://questionedistile.gazzetta.it/2018/11/09/livigno-aniene-sciorba-il-triangolo-della-quadarella/>



## Quadarella da record nei 1500 in vasca corta



Inizia con un record la stagione di [Simona Quadarella](#) che, tornata sabato da 20 giorni in altura a [Livigno](#), porta il primato italiano dei 1500 stile libero in vasca corta sul 15'44"76 in una gara intersociale del CC Aniene disputata all'Aquaniene, a Roma. La 19enne romana, tesserata anche per le Fiamme Rosse ed allenata da [Christian Minotti](#), sottrae 2"57 al precedente che aveva realizzato lo scorso 28 gennaio a Civitavecchia (15'47"33). Per Simona Quadarella è un 2018 ricco di soddisfazioni dopo la tripletta ai campionati europei di Glasgow nei 400, 800 e 1500 stile libero che aveva seguito i successi nei 400 e 800 stile libero ai Giochi del Mediterraneo di Tarragona. Prossimo obiettivo i campionati mondiali in vasca corta di Hangzhou, in Cina, dall'11 al 16 dicembre.

foto deepbluemia.eu

Tratto da <https://www.federnuoto.it/news-in-primopiano/item/41057-quadarella-da-record-nei-1500-in-vasca-corta.html>