

Le regine

VENEZIANA
Federica Pellegrini, 30, olimpionica, iridata, primatista mondiale dei 200 sl

ROMANA
Simona Quadarella, 20, tricampionessa europea dei 400-800 e 1500 sl e argento mondiale da 25 metri



PELEGRINI E QUADARELLA ALLO SPECCHIO «TV E PISCINA VISTUPIREMO»

FEDE: «VOGLIO VINCERE LA SFIDA DI ITALIA'S GOT TALENT». SIMONA: «SOGNO UN MONDIALE BELLISSIMO ED ESSERE COME LEI A 30 ANNI»

L'INTERVISTA
di **STEFANO ARCOBELLI**

Dopo le gare è pure più difficile riordinare i pensieri, ma è il bello della sincerità. Federica Pellegrini e Simona Quadarella ripartono scatenate nella stagione mondiale. Feđe e Simo hanno 10 anni di differenza, percorsi diversi, storie diverse. Ma per una volta, a margine del meeting di Milano rispondono alle stesse domande.

Un'emozione che vorrebbe vivere nel 2019.

Pellegrini: «Vincere la sfida di Italia's Got Talent».

Quadarella: «Un grande Mondiale»

Una cosa che ha cambiato nell'approccio alla stagione?

P: «Di solito non cambio mai niente, ma stavolta ho cambiato la mia tavoletta storica».

Q: «Radicalmente niente, quasi nulla. So che i metodi che sto utilizzando stanno andando benissimo: perché cambiare?».

Un post nei social che l'ha sorpresa leggendolo?

P: «Quello che ho ritwittato sul fondista austriaco che si faceva l'emotrasfusione».

Q: «La notizia di Manuel mi ha sconvolto di più, poi il tumore dell'americano Adrian. E la leucemia della giapponese Ikee mi ha spiazzata».

Un gesto che ha apprezzato e non si aspettava.

P: «In generale i complimenti per Italia's Got Talent, non tanto per il programma ma per l'essere vista a tutto tondo, promossa anche come personaggio tv».

Q: «Quelli della mia famiglia, sempre».

L'ultimo libro che ha letto in ritiro?

P: «L'ultimo di Donato Carrisi: "Il gioco del suggeritore"».

Q: «Non leggo di solito libri. Non è che non mi piace, ma mi annoio dopo un po' di pagine».

Se Feđe avesse 20 anni oggi e Simona 30, come si vedrebbe?

P: «Come quando avevo 20 anni».

Q: «Se dovessi continuare così, magari mi stupirei di più se continuassi a vincere, perché è sempre più difficile. Posso provare a divertirmi. Posso divertirmi un po' come sta facendo Federica».

L'ultima cosa che ha comprato in aeroporto...

P: «Di ritorno dall'America un micio British per mia mamma



HO VINTO TUTTO, E SONO SORPRESA DEI CONSENSI RICEVUTI IN TV

FEDERICA PELLEGRINI
CON MARA MAIONCHI

HO BUTTATO LA STORICA TAVOLETTA E PER 4 MESI NO SHOPPING

FEDERICA PELLEGRINI
E I SUOI FIORETTI

che fa la collezione».

Q: «Una bottiglietta d'acqua...».

Quando pensa a Tokyo 2020, cosa vede al primo impatto 16 mesi prima?

P: «Quanta strada devo ancora percorrere».

Q: «Tokyo è un pensiero già bello. Un'emozione che ho sempre aspettato. L'Olimpiade la vedo inaspettata e divertente, ed è l'approdo finale, l'obiettivo principale. Vorrei arrivarci nel modo migliore ma passando attraverso più gare possibili, con i Mondiali, per vedere e realizzare qualche bel sogno. Non dico nient'altro...».

Ha mai fatto un fioretto?

P: «L'ho fatto sullo shopping. Mi sono data 4 mesi durante i quali non ho comprato niente».

Q: «Lo faccio già tutti i giorni, quando dico oggi vado ad alle-

narmi».

L'ultima volta che ha pianto di gioia?

P: «Non piango mai di gioia».

Q: «Agli Europei di Glasgow, per l'oro nei 1500 un po' ho pianto perché mi ero tolta la gara più importante. I 400 sono stati la gara in cui volevo divertirmi e poi è stata bellissima e avvincente».

L'ultima volta che ha fatto arrabbiare il suo allenatore?

P: «Mi sa ad una gara, la tappa di Coppa del mondo di Eindhoven 2017 dopo i Mondiali di Budapest: avevo detto a Matteo Giunta "sono stanca, non ce la faccio più". E lui mi ha cazziato...».

Q: «Sempre. Soprattutto a Livigno al collegiale. E Christian Minotti lo sa».

L'ultimo sogno che ha fatto?

P: «Ho sognato tanto la mia cagnolina Vanessa perché quando sono stata in America era lontana e mi è mancata».

Q: «Mi ricordo i sogni, ne faccio di tutti i tipi, mi ricordo quello prima della finale ai Mondiali di Hangzhou in cui arrivavo terza. E invece sono arrivata seconda. Quello me lo ricordo proprio bene!».

La prima stagionale in vasca lunga: si sente promossa?

P: «Un tempo buono, manca qualcosa sul ritorno, con questo carico adesso è normalissimo. Sono contenta di essere tornata a nuotare i 200 ad alto livello, è una questione di esperienza, l'ho sempre fatta questa gara, ma riprendere il filo non è mai facile, era il primo 200 in vasca da 50 metri da un bel po' di tempo, da quell'agosto dell'oro mondiale 2017. Devo riprendere confidenza. Continua ad essere la mia gara, la sarà sempre, quella che guarderò in tv con più curiosità quando mi ritirerò».



SONO RIMASTA SCONVOLTA PER MANUEL, ADRIAN E LA IKEE MALATA

SIMONA QUADARELLA
SU BORTUZZO

HO PIANTO DI GIOIA A GLASGOW E HO BATTUTO ANCHE UN SOGNO

SIMONA QUADARELLA
E LE EMOZIONI

Stiamo lavorando sulla tecnica, sui particolari, abbiamo cambiato leggermente la partenza. Sono contenta che ci sia la mia "collega" Tv (Mara Maionchi), poi lei è appassionata di nuoto».

Q: «Devo essere sincera? Speravo un po' meno, però il periodo è tosto, sono appena tornata da due collegiali. Ma in fondo va bene, volevo testarmi nei 1500, visto che da un bel po' non lo facevo, non è andata proprio male. Ho provato alla fine ad accelerare un po', ma ero morta. Vedevo Christian che mi faceva i segnali, provavo ad accelerare, però sono contenta. Si è aperto un altro anno importante, mi sto preparando al meglio. Provo sempre a giudicarmi in base alle sensazioni che ho in allenamento o in gara. E cerco di trarre spunti per migliorare».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LE GARE
SUPER FANGIO

Simona Quadarella stampa il 2° crono mondiale stagionale nei 1500 dopo aver vinto nel passaggio anche gli 800 e con una prova da negative split (8'02"/8'04). Federica Pellegrini doma i 200 sl col 3° crono 2019 precedendo una Margherita Panziera che rinuncia al dorso per dare

un altro segnale in chiave 4x200. Nei 200 farfalla il duello tra campioni mondiali è regolato dall'ungherese Cseh su Le Clos col 7° crono 2019. Matura nei 200 rana il 3° tempo italiano alltime grazie a Francesca Fangio, che vince in 2'25"67 (1'10"36) quarta prestazione

mondiale 2019, al tocco davanti ad Anna Pirovano 2'27"49. In questa gara, dopo 2 vittorie a delfino e dorso, c'era la triolimpionica magiara Katinka Hosszu, per la prima volta a Milano. **Uomini - 200 sl** Ballo 1'49"56, Ciampi 1'49"69, Miressi 1'49"93; 200 do

Mencarini 1'58"71, Mi.Lamberti 2'03"65; **1500 sl** Occhipinti 15'24"36; **200 rana** Pizzini 2'14"32, Giorgetti 2'15"51; **200 fa** Cseh (Ung) 1'56"60, Le Clos (Saf) 1'57"23. **Donne - 200 sl** Pellegrini 1'57"18, Panziera 1'59"01, Mizzau 2'01"12; **800-1500 sl** Quadarella 8'35"10, 16'06"91;

200 do Hosszu (Ung) 2'12"48, Fontana 2'14"79; Paruscio 2'14"94; **200 ra** Fangio 2'25"67, Pirovano 2'27"49, memo 2'28"57; **200 fa** Hosszu (Ung) 2'09"09, Pirozzi 2'11"98. **Oggi Ore 9.30** (streaming Rai) e **16** (diretta Rai).

Sotto gli occhi di Chalmers, il cui ingaggio verrà annunciato oggi

VIRTUS, LA BEFFA ARRIVA ALLO SPRINT

VIRTUS BOLOGNA 76
REYER VENEZIA 77

(22-16, 41-30, 63-54)

VIRTUS SEGAFREDO BOLOGNA:

Punter 16 (3/7, 2/10, 4 r), Martin 3 (0/1, 1/3, 1 r), Moreira 7 (2/7, 13 r), Pajola 1 (0/1), Taylor 11 (3/3, 0/3, 1 r), Baldi Rossi 0 (0/1), Kravic 8 (3/6, 5 r), Aradori 18 (3/5, 4/9, 1 r), M'Baye 7 (3/5, 0/3, 2 r), Cournooh 5 (2/3, 3 r). Ne: Cappelletti, Berti. All. Sacripanti.

REYER UMANA VENEZIA: Haynes 17

(3/4, 3/7, 4 r), Stone 5 (2/4, 0/1, 6 r), Bramos 8 (2/3, 1/3, 3 r), Tonut 4 (1/2, 0/2, 5 r), De Nicolao 8 (1/1, 2/3, 4 r), Vidmar 6 (2/5, 3 r), Washington 10 (4/4, 0/2, 3 r), Biligha 2 (1/1, 1 r), Mazzola 2 (1/2, 0/2, 3 r), Cerella, Watt 15 (5/9, 5 r). All. De Raffaele.

ARBITRI: Rossi, Attard, Bongiorno 5,5.

NOTE - Tiri liberi: Bologna 17/29, Venezia 15/21. Perc. di tiro: Bologna 26/67 (7/28 da tre, 11 ro, 21 rd), Venezia 28/55 (6/20 da tre, 7 ro, 32 rd).

Pagelle - BOLOGNA: Punter 6, Martin 5,5, Moreira 4,5, Pajola 6, Taylor 6,5, Baldi Rossi 5, Kravic 6, Aradori 7, M'Baye 5,5, Cournooh 6. All. Sacripanti 5,5. VENEZIA: Haynes 7, Stone 6, Bramos 6,5, Tonut 5,5, De Nicolao 7, Vidmar 6, Biligha 5,5, Mazzola 5,5, Cerella sv, Watt 7. All. De Raffaele 6.

Il migliore: Haynes

La chiave: la zona di Venezia e i 12 liberi sbagliati dalla Virtus

di Luca Muleo

BOLOGNA

domina, gestisce, infine si arena contro la zona di Venezia e crolla sotto i colpi di Watt, Haynes e la solita tripla decisiva di Bramos, che vale il sorpasso fatale a 45" dalla fine. Prima che il disastroso Moreira sbagli liberi e successivo appoggio e il pivot ospite la chiuda in lunetta, rendendo inutile l'ultima tripla di Aradori. La Virtus si rovina così la festa dell'arrivo di Chalmers, resta un piccolo eppure significativo passo sotto le grandi, pur avendo comandato a

Venezia, sotto di 14, rinasce e vince con una bomba di Bramos a -45" Male Moreira

+14 al 18' ed essersi mantenuta in doppia cifra di vantaggio a lungo, l'ultima volta a 5' dalla fine sul 70-59. Condannandosi con troppi liberi sbagliati, i soliti rimbalzi lasciati, non trovando più la chiave per attaccare la zona dell'Umana negli ultimi 5.

Il tutto davanti a Mario Chalmers, che entra per la prima volta al PalaDozza già vestito di bianconero - oggi l'annuncio ufficiale è già a disposizione di coach Sacripanti martedì a Le Mans, se il tecnico vorrà - prende la prima ovazione e incassa l'entusiasmo generale, a partire da quello del patron Segafredo, Massimo Zanetti, azionista di maggioranza del club che ha voluto fortemente quello che definisce «un grande acquisto», col quale «terrei molto ad andare avanti in Champions». «Accordo fino alla fine di quest'anno e opzione nostra per un prolungamento pluriennale» chiarisce Luca Baraldi, amministratore unico di Segafredo Grandi Eventi.

GARA. Anche perché in campo, in avvio almeno, la squadra non si distrae affatto. Anzi, dopo qualche minuto di studio alza al massimo l'intensità difensiva, teoricamente pane ospite, e dopo due quarti evidenzia tutta la voglia dell'ambiente, portandosi in doppia cifra di vantaggio. Il break lo firma Punter, nel primo, felice raptus della sua partita poco prima dell'intervallo, andando a segnare un 8-0 in grado di finalizzare il grande lavoro difensivo della squadra (41-27



Mario Chalmers, 32 anni, accolto come un re ieri dalla curva virtussina ieri CIAMILLO

con due triple e i liberi). Prima, la maggior parte del lavoro era toccata al fresco capitano Aradori - 10 nel quarto iniziale - mentre al di là di qualche sofferenza contro la difesa mista della Reyer e un buon inizio di Haynes, la Segafredo tiene in mano saldamente il match. Al rientro dall'intervallo De Raffaele continua a mischiare le carte difensive, ha in De Nicolao una mente buona per ammare Haynes, ma sono ancora Punter e Aradori, assieme a Kravic, a consentire ai veneti di rintuzzare al massimo fino al 6 (50-46). I bianconeri passano 3'30" di inizio ultimo quarto senza segnare, Venezia è di nuovo a -6 (63-57) ma viene ricacciata indietro. Però è un segnale. La casa scricchiola. E infine crolla.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

TRE A CANTÙ

Quanti nuovi tesseramenti in campionato!

ROMA - Tanti nuovi tesseramenti per la giornata odierna di serie A: A. Carr (Da Torino a Cantù), Olgiati (Cantù), A. Mitchell (a Cantù a Pistoia), I. Udanoh (da Cantù ad Avellino), M. Dixon (a Reggio Emilia), P. Richard (a Reggio Emilia), A. e Crosariol e

J. Odum (a Pistoia), M. Lyons (a Pesaro), T. Stone (a Cantù).

STONE - Attesa domani a Cantù per il debutto con la maglia brianzola, contro Brindisi, di Tyler Stone, ala-centro, statunitense classe 1991. «Perché Cantù? È una domanda semplice. Il mio agente mi ha detto che era una buona squadra, con un nuovo staff tecnico, una nuova proprietà e dei tifosi eccezionali. Dunque, perché avrei dovuto dire di no?».

PISTOIA ALLUNGA - L'OriOra Pistoia, in lotta per evitare la retrocessione in serie A2, ieri ha esteso fino al termine della stagione il contratto di Blaz Mesicek, ala guardia slovena.

I BUCK AI PLAY OFF - I Milwaukee Buck del fenomenale Antetokounmpo (16 punti, 15 rimbalzi, 6 assist e 3 stoppate) hanno battuto 131-120 i Los Angeles Lakers di James, autore di 31 punti e ben 10 assist.

NUOTO | TROFEO CITTÀ DI MILANO

Quadarella la dedica a Bortuzzo

di Adriano Ancona
MILANO

Ancora la Pellegrini, giornata di conferme quando si tratta di concedere il bis. Il mattino ha l'oro in bocca, nella seconda giornata del Trofeo "Città di Milano": collaudo di quelli veri, presso la piscina Samuele, perché incombono gli Assoluti di Riccione. Attorniate da entusiasmo contagioso, come ama definirlo la Divina, quello del pubblico milanese, il tempo è di 54"26 nei 100 stile libero. Federica Pellegrini quindi prosegue nel segno della continuità. Tutto questo, sotto lo sguardo dell'ex fidanzato Filippo Magnini presente in tribuna insieme con l'attuale compagna Giorgia Palmas e vicino al tecnico Claudio Rossetto. «Il nostro nuovo modo di lavorare funziona», ha detto la Pellegrini. «I cambiamenti

stanno dando buoni frutti. Ora abbiamo un mese per abbassare questo tempo aspettando gli Assoluti. Poi potremo pensare ai Mondiali, ma intanto sono contenta delle sensazioni provate in acqua».

Gabriele Detti riesce a conseguire la migliore prestazione stagionale del mondo: ora i problemi alla spalla sono un ricordo. Così nel suo ritorno a una competizione ufficiale, dopo oltre un anno, nei 400 stile libero chiude con un tempo di 3'47"60. «Abbiamo avuto tutti l'influenza negli ultimi giorni ed ero debilitato», ha spiegato Detti, che al contrario di Paltrinieri è guarito. «Non mi aspettavo niente ed è andata fin troppo bene. Per oggi va molto bene così, spero sia di buon auspicio. A me i lavori subacquei piacciono molto, non vedo l'ora di iniziare a lavorare in questo modo, secondo me porterà grandi

benefici a tutti».

La dedica di Simona Quadarella - che trionfa nei 400 - vien da sé. «Mando un bacio e un grande abbraccio a Manuel Bortuzzo», il commento dopo aver ottenuto il secondo crono mondiale della stagione con 4'07"77. «E' come se fosse qui con noi. In gara sono partita un po' piano ma sono complessivamente contenta. In questo periodo di carico ho lavorato tanto. Sono riuscita a gareggiare come volevo io in questi due giorni, in più ho vinto le mie tre gare. E' un

primo test che mi fa ben sperare, con la testa ci sono e con l'allenamento pure».

ASS
UOMINI - 100 sl Miressi 49"28, Dotto 49"87, Bori 50"01, Frigo 50"13, Le Clos (Saf) 50"21, Condorelli 50"56; **100 dorso** Cecon 54"76 (27"01), Mencarini 54"85, Milli 55"10 (26"83); **50 rana** Martinenghi 27"60, Toniato 29"02, Pinzuti 28"43; **50 farfalla** Codia 23"85, Cseh (Ung) 23"97, Le Clos (Saf) 23"91, Rivolta 24"45.
DONNE - 100 sl Pellegrini 54"26 (26"44), Ferraioli 55"91 (26"85), Galli 56"04; **100 dorso** Panziera 1'00"31 (29"83), Zofkova 1'00"76 (29"76), Scalia 1'00"94 (29"76); **50 rana** Castiglioni 31"08, Scarcella 31"69, Morotti 32"31; **50 farfalla** Di Liddo 26"81, Bianchi 27"02, Biasibetti 27"32; **400 misti** Hosszu (Ung) 4'37"21 (1'02"01, 2'12"68, 3'32"20), Cusinato 4'40"66 (1'03"74, 2'14"60, 3'35"70), Toni 4'46"82.



Simona Quadarella, 20 anni, prima nei 400 in 4'07"77 LAPRESSE

La Pellegrini vince i 100 sl in 54"26 Detti al mondiale stagionale sui 400