



**SELEZIONE STAMPA**  
*(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)*

27-28-29 luglio 2013

**ARGOMENTI:**

- La Uisp vicina alla ministro Kyenge: intervista e foto notizia su La gazzetta dello sport
- Mondiali di nuoto, Martina Grimaldi, atleta Uisp, oro nei 25 km
- Inchiesta de Il Fatto Quotidiano sul doping nello sport non professionistico
- Doping: perché sempre il ciclismo?
- I palazzi diventano palestra. Quelli che prendono le scale
- I World Games, i giochi degli sport non-olimpici
- Uisp sul territorio: iniziativa dell'Uisp Catanzaro, per scoprire i fondali del Mar Jonio

La Kyenge ai Mondiali  
antirazzisti 2013



LE BANANE DI CERVIA  
«L'ultimo insulto?  
Spreco di cibo...»  
E sono tutti con lei

**Foto: P. CERVIA (Ravenna)**  
Venerdì sera la ministra Kyenge ha partecipato a un dibattito nell'ambito della locale festa del Pd e una persona le ha tirato delle banane. La Kyenge, con prontezza di spirito, ha definito l'episodio «uno schiaffo alla povertà, uno spreco di cibo». La notte precedente alcuni manichini, con cartelli su cui era scritto «L'immigrazione uccide-No ius soli» erano stati abbandonati in una piazza di Cervia e il gesto era stato rivendicato da Forza Nuova, movimento di estrema destra. Mara Carfagna, ex ministro della Pari Opportunità, ha detto: «Brava Cecilia, l'ironia è il grimaldello per scardinare il ridicolo al quale si espongono gli stolti».

## «Chi è razzista ha paura Diversità è ricchezza»

La ministra dell'Integrazione tra le banane che le hanno lanciato e il calcio italiano dei buu: «La Nazionale multietnica è inevitabile»

VALERIO PICCIONI

**Foto: P. CERVIA (Ravenna)**  
Le hanno dato dell'orango, le hanno lanciato banane per dileggiarla, ogni giorno riceve un vagone d'insulti su facebook perché c'è un po' d'Italia che non riesce proprio a farci pace. Ma Cecilia Kyenge, ministro dell'Integrazione e delle Politiche giovanili, risponde con la non violenza, l'ironia, l'impegno. Il passo sembra quello della maratona. «A scuola praticavo l'atletica, però la velocità».

**E da ragazzina in Congo che altro sport le piaceva?**

«Nuotavo. Ora vedo volentieri la pallavolo e naturalmente anche l'atletica».

**Campionessa preferita?**

«Ammiravo Fiona May e i suoi salti».

**E ora?**

«C'è una nuotatrice che stimo moltissimo: Miriam Corsini. Nata da mamma mozambicana e da papà italiano, gareggia per il Mozambico senza dimenticare l'orgoglio di sentirsi italiana».

**Tifa per qualche squadra di calcio?**

«No, solo per la Nazionale».

**Non è traumatico scoprire che un po' del Paese non riesce a sopportare di essere rappresentato da lei? Insomma, come reagire? Ridimensionando o prendendo di petto?**

«Sei sei un buon amministratore o un leader politico

devi saper riconoscere questo disagio, capirne le cause, trovare gli strumenti giusti e il modo di comunicare per reagire».

**E qual è questo modo?**

«Il razzismo è aiutato dalla crisi, dalla paura, dall'insicurezza, da un'idea di diversità che non viene presentata mai come ricchezza. La realtà è cambiata in modo velocissimo e la comunicazione non è riuscita a reggere questo ritmo... In fondo a me sta succedendo quello che è accaduto anche con Balotelli».

**In che senso?**

«Fino a che Balotelli era un giocatore italiano e basta, magari all'estero, lo si è in qualche modo accettato. Poi ha rappresentato l'Italia, giocando in Nazionale, vincendo, segnando. A quel punto qualcuno si è sentito minacciato. Un po' quello che è accaduto con la nascita del mio Ministero. Tutto sta nella paura della diversità, per questo bisogna saper cambiare anche il modo di comunicarla».

**E intanto la stagione calcistica è ricominciata con un giocatore che ha lasciato il campo, stufo dei cori razzisti peraltro in un'amichevole. Finendo pure sotto accusa per «essersi fatto giustizia da solo».**

«Il problema di come reagire, in campo e fuori, è delle

istituzioni sportive. Ma chi gioca è sotto stress e non tutti siamo uguali: quando uno è così stressato è difficile dirgli "potevi far questo o quest'altro"».

**Ma la nazionale multietnica dai mille colori, il modello della Francia '98 non è un'illusione?**

Tre anni dopo quel Mondiale i giovani algerini di Parigi invasero lo stade de France durante Francia-Algeria.

«La nazionale multietnica è inevitabile, naturale, non è che possiamo scegliere le quote... Non si può fermare questo percorso».

Percorso che passa per il famoso ius soli: chi nasce qui è italiano. Però negli ultimi tempi si è parlato pure di uno ius soli "sportivo". Non crede che sia un po' ipocrita: se vinci un titolo italiano trovi la strada spianata, se vinci l'Olimpiade della matematica no.

«Tutto quello che può accelerare questo processo va bene. E premiare un attaccamento attraverso lo sport, un legame con il territorio, è giusto perché è dal territorio che nasce la cittadinanza».

**In questi mesi da ministro è stata ai Mondiali antirazzisti dell'Uisp. Ma come vede il complesso del mondo dello sport di fronte al razzismo?**

«E' un mondo che si sta svegliando. Bisogna moltiplicare le iniziative. Da martedì partiremo con un piano triennale di lotta al razzismo lanciato dall'Unar, l'organizzazione che si occupa di lotta alle discriminazioni razziali e che fa capo al mio Ministero».

**Frequenterà gli stadi nella stagione che comincia?**

«Sicuramente».

**Accompagnerà la Nazionale in Brasile ai Mondiali?**

«Magari...»

© RIPRODUZIONE RISERVATA

I CAMPIONATI DI NUOTO A BARCELLONA

## Mondiali, Grimaldi d'oro nei 25 km

### Errani: «Una grande impresa»

*La bolognese trionfa: «Ci ho messo la testa e il cuore»*

*Il governatore: «Hai confermato le tue capacità»*

BOLOGNA - Martina Grimaldi non tradisce: dopo le delusioni nella 5 km e nella 10 km, la sua specialità, la ragazza bolognese del Circolo Nuoto Uisp si è rifatta nella 25 km conquistando la medaglia d'oro al Mondiale di nuoto di Barcellona: un trionfo straordinario arrivato al fotofinish, dove l'azzurra ha anticipato per questione di millesimi la tedesca Angela Maurer e l'americana Eva Mariel Fabian chiudendo la gara in 5 ore, 7 minuti, 19 secondi e 7 decimi. Proprio i decimi di secondo sono stati decisivi per l'oro, con la Maurer che ha chiuso a un solo decimo e la Fabian a 7 decimi dalla bolognese. L'altra italiana, Alice Franco, ha chiuso quarta: per l'Italia quello della Grimaldi è il primo oro in questi mondiali e questa impresa salva la spedizione azzurra del fondo, fin qui deludente, proprio nella gara-maratona del nuoto in acque libere.

fotogallery 4 foto - inserisci il link alla gallery

**IL SORRISO DI MARTINA** – A fine gara grande soddisfazione per la bolognese classe 1988 dopo giorni difficili: «Finalmente sorrido un po': è stato un Mondiale in salita ma alla fine è andata bene: mi sono detta che dovevo resistere e che dovevo portare a casa qualcosa, alla fine ho retto bene le tre gare e adesso sono contenta: dedico questo oro a tutti coloro che mi sono stati vicino e mi hanno seguito in questi giorni». Dopo il 7° posto nella 5 km e il 12° nella 10 km, è arrivata la gioia più inattesa: «Analizzando anche le altre gare alla fine non sono andate malissimo: questo oro vale tanto perché ci ho creduto, in gara ci ho messo la testa e il cuore».

**LE CONGRATULAZIONI DI ERRANI** - Dopo la vittoria, arrivano le congratulazioni del presidente della Regione Vasco Errani che ha voluto mandare un messaggio alla giovane campionessa. «È con gioia che apprendiamo della tua grande impresa sportiva», ha detto Errani. «Bravissima Martina che hai confermato le tue straordinarie capacità».

Alessandro Mossini

stampa | chiudi

SPORT

27 Luglio 2013



BARCELONA, VITTORIA PER UN DECIMO DI SECONDO DAVANTI ALLA TEDESCA ANGELA MAURER

## Nuoto, primo oro azzurro La Grimaldi trionfa nel fondo

*Vittoria con colpo di scena. Appena conclusa la gara infatti la nuotatrice bolognese ha visto il maxischermo che la indicava in seconda posizione. La gioia è arrivata soltanto dopo il controllo del fotofinish. "Ho vinto e non lo sapevo. L'ho scoperto in zona mista dopo aver già rilasciato delle dichiarazioni. Che bello".*



Martina Grimaldi in gara

**BARCELONA** - Arriva la prima medaglia d'oro per l'Italia ai mondiali di nuoto di Barcellona. Martina Grimaldi ha vinto la 25 chilometri di nuoto di fondo. Ha battuto al fotofinish (per un decimo di secondo) la tedesca Angela Maurer. Bronzo alla statunitense Al quarto posto è finita l'altra azzurra in gara, Alice Franco.

E' la terza medaglia per l'Italia nella rassegna iridata dopo le due d'argento conquistate da Tania Cagnotto (una con la Dallapè) nei tuffi. "Questa medaglia vale tanto, l'ho vinta con la testa e con il cuore - afferma la 23enne tesserata per Fiamme Oro e Uisp Bologna -. Arriva dopo la 5 e 10 chilometri in cui mi è mancato il finale. Oggi no. Negli ultimi mille metri ho attaccato. Sapevo che dovevo resistere e aggredire e non mollare. La statunitense Fabian mi stava sulla schiena di continuo, la tedesca Maurer era vicina. Non vedevo la

brasiliana Cunha, era ai miei piedi, ed era pericolosissimo tenerla lì. Dovevo dare tutto e alla fine ce l'ho fatta", dice la nuotatrice bolognese.

Una vittoria sospirata. Appena conclusa la gara infatti la Grimaldi ha visto il maxischermo che la indicava in seconda posizione. La gioia è arrivata soltanto dopo il controllo del fotofinish. "Ho vinto e non lo sapevo. L'ho scoperto in zona mista dopo aver già rilasciato delle dichiarazioni. Che bello".

Delusione invece dalla gara maschile, che ha chiuso il programma del fondo a Barcellona. Valerio Cleri è arrivato solo 21esimo a oltre 7 minuti dal vincitore, il tedesco Thomas Lurz.

**AGI.it** Allianz **BASTANO TARGA E DATA DI NASCITA** Quotazione RC Auto **CALCOLA**

Home Cronaca Politica Economia Estero Spettacolo Sport Salute Food Ricerca e sviluppo News in English I Portali AGI Regionali AGI

Borsa Tech Travel Cinema Musica Motori Arte People Moda Che animalit I News PEI News Login

Cerca

Sport

Mondiali nuoto: la Grimaldi vince l'oro nella 25 km di fondo



16:46 27 LUG 2013

(AGI) - Barcellona, 27 lug. - Parlava senza sapere di essere campionessa del mondo. Tradita dal primo sguardo al tabellone elettronico posto sul traguardo raggiunto dopo oltre 5 ore di sbracciate. Seconda o terza non c'era tanta differenza. Era sul podio. Il primo del fondo italiano. Ma mentre raggiungeva la zona mista c'era gente che esultava. La squadra italiana, i compagni di squadra, i pochi tifosi sulle tribune. Martina Grimaldi vince al fotofinish ma non lo sa. Comincia a parlare di una

"medaglia di testa e cuore. Polmoni e sacrificio". Ma ancora non sa quanto vale finché non le viene comunicato dai giornalisti che è oro. Si guarda stupita intorno. Dice di aver letto il tabellone ma di non sapere del fotofinish e finalmente si apre in un sorriso che raccoglie tutti i sacrifici degli ultimi dieci mesi e ritempra dai deludenti risultati dei giorni scorsi. Grimaldi è la campionessa del mondo della 25 chilometri col tempo di 5h07'19"7 con un decimo di vantaggio sulla tedesca Angela Maurer e sette decimi sulla statunitense Eva Fabian. Pochi metri più in là c'è Alice Franco. Quarta a 3"2. A Shanghai, nel 2011, erano salite entrambe sul podio. Questa volta non c'è spazio. Scioglie la tensione in qualche lacrima, contenta per la prestazione ma frustrata dal piazzamento. Mentre Martina, la 23enne bolognese allenata da Fabio Cuzzani e tesserata per Fiamme Oro e Uisp Bologna, dice "Questa medaglia vale tanto. Arriva dopo la 5 e 10 chilometri in cui mi è mancato il finale. Oggi no. Negli ultimi mille metri ho attaccato. Sapevo che dovevo resistere e aggredire. Non mollare". "La statunitense Fabian mi stava sulla schiena di continuo, la tedesca Maurer era lì. Non vedevo la brasiliana Cunha. Era ai miei piedi. Ed era pericolosissimo tenerla lì. Dovevo dare tutto e alla fine ce l'ho fatta". Pensando, però di essere arrivata seconda.

"Invece ho vinto. Non lo sapevo. L'ho scoperto in zona mista dopo aver già rilasciato delle dichiarazioni. Al tocco ho guardato il maxischermo ed ero segnalata seconda. Poi c'è stato il fotofinish. Che bello". L'avvicinamento alla gara è stato sereno, anche se qualche dubbio sulla partecipazione di Grimaldi c'era. "Dopo la 5 e la 10 chilometri ho provato il mio stato fisico in allenamento. Ero pronta per affrontare le tre gare in una settimana come ai campionati italiani. Ho resettato tutto. Cancellato i piazzamenti dei giorni precedenti. Portato con me sono la mappa mnemonica del percorso". Tattica finalmente vincente. Aspettare gli uomini, partire 15 minuti dopo, e andare in scia. "Seguire la scia è tra le mie caratteristiche. Lo strappo avvenuto a metà gara per seguire il passo degli uomini ha cominciato a selezionare il gruppo.

Siamo rimaste in sei per tre posti. Sapevo che potevo giocare le mie chances negli ultimi 1000 metri. Non ho affrettato i tempi e poi ho vinto lo sprint". Venticinque chilometri d'oro, ma anche cinque ore per pensare. "Cantavo 'Man Down' di Rihanna. Pensavo a non ripetere gli errori commessi nei giorni scorsi". Campionessa del mondo ma la stagione ancora non è finita. "Mercoledì parto per il Canada. Ho alcune tappe di Coppa del mondo e del Grand Prix. Poi a ottobre andrò in vacanza ma ancora non so dove. Se ci penso stacco con la testa e la mia stagione non è invece finita". Grazie a Martina Grimaldi il fondo italiano torna a vincere una gara

CALCIO MERCATO SPECIALE AGI

Assicurati per 12 mesi al prezzo di 10 con infortuni conducente.

**FAI UN PREVENTIVO**

**direct line**  
L'ASSICURAZIONE A PORTATA DI HOUSE

**BORSA**

Descrizione	Valore	Var. %
FTSE MIB	16.381,17	-0,25 ▼
FTSE Italia All-Share	17.409,23	-0,25 ▼
FTSE Italia Mid Cap	21.414,64	+0,24 ▲
FTSE Italia STAR	13.312,72	+0,32 ▲
Spread BTP-Bund	274 punti	-0,35 ▼

Borsa Italiana

**Costumi da competizione**

[www.nuoto-extremo.com](http://www.nuoto-extremo.com)  
Compra al miglior prezzo i nuovi costumi da gara e non solo

**Sunsilk Linea Purificante**

[www.Sunsilk.it/Purificante](http://www.Sunsilk.it/Purificante)  
Capelli Grassi? Affidati alla Linea Purificante Sunsilk! Scoonla.

**Difficoltà di lettura?**

[www.potenziamentolettura.it/](http://www.potenziamentolettura.it/)  
Quest'estate usa i programmi di potenziamento di Anastasis

**T-Shirt Italianistore**

[www.italianistore.com](http://www.italianistore.com)  
Per chi ama l'Italia L'originale Tricolore Tricolore **Scegli Tu!**

**NAVIGA CON NOI LA MAPPA SEMANTICA**  
Visita le migliori agenzie di ricerca

femminile dopo dieci anni. L'ultima volta ci fu la doppietta di Viola Valli nella 5 e 10 chilometri proprio al Port Vell di Barcellona. Il bacino pero' era diverso. Non si sviluppava tra la passeggiata e le barche. Non era stretto e pieno di boe. Si lanciava verso il mare aperto. "Negli ultimi 1000 metri ha sprigionato la voglia di rivalsa che abbiamo accumulato nei giorni scorsi e finalmente e' emerso il lavoro svolto dall'ottobre scorso - sottolinea il ct Massimo Giuliani - Resta il rammarico di non aver raggiunto migliori posizioni nelle precedenti gare, ma ora sappiamo che la programmazione avviata verso Rio de Janeiro va solo leggermente rivisitata e non stravolta. Del resto siamo sempre stati considerati la fabbrica delle medaglie. Ma ogni tanto anche le fabbriche devono cambiare il ciclo di produzione per tenere il passo coi tempi. Chiudere con la medaglia d'oro e' di buon auspicio in vista del prosieguo del quadriennio".

RSS

Tweet 4

Ultima da Sport



AKI ARABIC | AKI ENGLISH | AKI ITALIANO | SALUTE | LABITALIA | WASHINGTON CHIAMA ROMA | MUSEI ON LINE | IMMEDIAPRESS

portale del Gruppo Adnkronos

Lunedì 29 Luglio 2013

seguici su: [social media icons]

CERCA NEL SITO CON GOOGLE trova

NEWS DAILY LIFE REGIONI AKI ITALIANO AKI ENGLISH LAVORO SPECIALI SECONDOME MEDIACENTER TV PROMETEO LIBRO DEI FATTI IMMEDIAPRESS CRONACA POLITICA ESTERI ECONOMIA E FINANZA SPORT SPETTACOLO E CULTURA CYBERNEWS MODA TUTTE LE NOTIZIE ARCHIVIO

Almanacco del giorno - Oroscopo - Meteo - Mobile - iPad - SMS

News > Sport > Nuoto: Grimaldi, questa medaglia l'ho vinta con testa e cuore

# Nuoto: Grimaldi, questa medaglia l'ho vinta con testa e cuore

ultimo aggiornamento: 27 luglio, ore 17:15

commenta 0 vota 2 invia stampa

[social media icons]

Barcellona, 27 lug. - (Adnkronos) - Dopo oltre 5 ore di bracciate, basta un decimo a Martina Grimaldi per esplodere di gioia: e' lei la nuova campionessa del mondo della 25 chilometri. In un avvincente testa a testa precede la tedesca Angela Maurer di un decimo e la statunitense Eva Fabian di sette. Pochi metri piu' in la' c'e' Alice Franco, quarta a 3'2. A Shanghai, nel 2011, erano salite entrambe sul podio, questa volta per lei non c'e' spazio. Grazie a Martina Grimaldi il fondo italiano torna a vincere una gara femminile dopo dieci anni. L'ultima volta ci fu la doppietta di Viola Valli nella 5 e 10 chilometri proprio al Port Vell di Barcellona.



Chi mette il Fotovoltaico a casa sbaglia o fa un affare? leggi queste 3 novità

"Questa medaglia vale tanto, l'ho vinta con la testa e con il cuore -afferma

la 23enne allenata da Fabio Cuzzani e tesserata per Fiamme Oro e Uisp Bologna-. Arriva dopo la 5 e 10 chilometri in cui mi e' mancato il finale. Oggi no. Negli ultimi mille metri ho attaccato. Sapevo che dovevo resistere e aggredire e non mollare. La statunitense Fabian mi stava sulla schiena di continuo, la tedesca Maurer era vicina. Non vedevo la brasiliana Cunha, era ai miei piedi, ed era pericolosissimo tenerla li'. Dovevo dare tutto e alla fine ce l'ho fatta", sottolinea la bolognese.

Appena fuori dall'acqua la Grimaldi vede il maxischermo ed e' seconda, la gioia arriva solo dopo il fotofinish. "Ho vinto e non lo sapevo. L'ho scoperto in zona mista dopo aver gia' rilasciato delle dichiarazioni. Al tocco ho guardato il maxischermo ed ero segnalata seconda. Poi c'e' stato il fotofinish. Che bello".

Apple iPhone 5 16GB ..	Apple Iphone 4s 16Gb..
952.9€ 733€	632.58€ 486.6€

Guarda le altre offerte su... **Offerte Sprint**

**Calcio Italiano News**

Guida Sport | Calcio Italiano News

Incontrare pubblicazione

canesten.it

Contro la micost: **Canesten Unido**

Farmacia Italiana a 11000 Farmacie

Utilizzando Yahoo!, accetti che noi e i nostri partner possano impostare dei cookie per personalizzare contenuti e inserzioni pubblicitarie. Visita la nostra Informativa sulla Privacy per saperne di più

YAHOO! ITALIA SPORT

## Mondiali di nuoto - Grimaldi: "Non avevo capito di aver vinto"

**Dopo l'arrivo sul tabellone era segnata come seconda. Poi il fotofinish e la bella scoperta: "E' una medaglia di cuore". Ma c'è un rammarico: "Mi dispiace di non essermi piazzata meglio nelle altre gare"**

Italpress – sab 27 lug 2013 15:54 CEST

E' stupita e felice dopo la medaglia d'oro nella 25 km Martina Grimaldi, una medaglia arrivata dopo il fotofinish. "Questa medaglia vale tanto - afferma la 23enne bolognese allenata da Fabio Cuzzani e tesserata per Fiamme Oro e Uisp Bologna - Arriva dopo la 5 e 10 chilometri in cui mi è mancato il finale. Oggi no. Negli ultimi 1000 metri ho attaccato. Sapevo che dovevo resistere e aggredire. Non mollare. La statunitense Fabian mi stava sulla schiena di continuo, la tedesca Maurer era lì. Non vedevo la brasiliana Cunha. Era ai miei piedi. Ed era pericolosissimo tenerla lì. Dovevo dare tutto e alla fine ce l'ho fatta". Pensando, però di essere arrivata seconda. "Invece ho vinto. Non lo sapevo. L'ho scoperto in zona mista dopo aver già rilasciato delle dichiarazioni. Al tocco ho guardato il maxischermo ed ero segnalata seconda. Poi c'è stato il fotofinish. Che bello".

L'avvicinamento alla gara e' stato sereno, anche se qualche dubbio sulla partecipazione di Grimaldi c'era. "Dopo la 5 e la 10 chilometri ho provato il mio stato fisico in allenamento. Ero pronta per affrontare le tre gare in una settimana come ai campionati italiani. Ho resettato tutto. Cancellato i piazzamenti dei giorni precedenti. Portato con me sono la mappa mnemonica del percorso". Tattica finalmente vincente. Aspettare gli uomini, partite 15 minuti dopo, e andare in scia. "Seguire la scia e' tra le mie caratteristiche. Lo strappo avvenuto a meta' gara per seguire il passo degli uomini ha cominciato a selezionare il gruppo. Siamo rimaste in sei per tre posti. Sapevo che potevo giocare le mie chance negli ultimi 1000 metri. Non ho affrettato i tempi e poi ho vinto lo sprint".

Venticinque chilometri d'oro, ma anche cinque ore per pensare. "Cantavo Man Down di Rihanna. Pensavo a non ripetere gli errori commessi nei giorni scorsi". Campionessa del mondo ma la stagione ancora non è finita. "Mercoledì parto per il Canada. Ho alcune tappe di coppa del mondo e del grand prix. Poi a ottobre andrò in vacanza ma ancora non so dove. Se ci penso stacco con la testa e la mia stagione non è finita". Grazie a Martina Grimaldi il fondo italiano torna a vincere una gara femminile dopo dieci anni. L'ultima volta ci fu la doppietta di Viola Valli nella 5 e 10 chilometri proprio al Port Vell di Barcellona. Il bacino però era diverso. Non si sviluppava tra la passeggiata e le barche. Non era stretto e pieno di boe. Si lanciava verso il mare aperto. "Negli ultimi 1000 metri ha sprigionato la voglia di rivalsa che abbiamo accumulato nei giorni scorsi e finalmente e' emerso il lavoro svolto dall'ottobre scorso - sottolinea il ct Massimo Giuliani - Resta il rammarico di non aver raggiunto migliori posizioni nelle precedenti gare, ma ora sappiamo che la programmazione avviata verso Rio de Janeiro va solo leggermente rivista e non stravolta. Del resto siamo sempre stati considerati la fabbrica delle medaglie. Ma ogni tanto anche le fabbriche devono cambiare il ciclo di produzione per tenere il passo coi tempi. Chiudere con la medaglia d'oro e' di buon auspicio in vista del prosieguo del quadriennio".

# “Io, anabolizzato della domenica”

di Luca De Carolis e Nello Trocchia

**A**lla fine della gara non contava mica vincere il prosciutto o il parmigiano Dop ma arrivare. Quanto meno arrivare, senza troppo distacco per evitare le risatine degli amici, il lunedì al bar. E così alla bicicletta, alla passione di sempre, è facile accoppiare qualche “aiutino” consigliato dagli esperti del ramo. Due ruote e il farmaco “miracoloso”, il tandem dei sogni. Così da 62enne appassionato di bici, si diventa dopati per necessità, per non finire sommerso dalle battute al vetriolo di chi ti lasciava indietro come l'ultimo degli sfigati. Non c'è la competizione sportiva a guidare la scelta ma ragioni più personali, a volte inconfessabili.

“Io ho iniziato così per restare vivo, sentirmi al passo. Vedevo gli altri sfrecciare e io arrancare. Ho cominciato prendendo il Ventolin, mi apriva i bronchi, più ossigeno, più pedalate”. Un farmaco, usato contro gli attacchi d'asma, all'occorrenza assunto con la malsana idea di volare sul sellino e non restare indietro. Sentirsi un po' più uguale agli altri, un po' più giovani. Il racconto di Andrea, un sessantaduenne emiliano è l'esperienza di un amatore finito nel girone infernale dei dopati, lui che inseguiva il successo nei tornei di provincia tra borraccia e fatica. Però è finita male. Andrea è andato a sbattere contro la sua vana gloria e un fisico che gli ha rispuntato contro gli intrugli digeriti. “Assumevo anche farmaci antinfiammatori come l'Aulin. Scioglievo nell'acqua quattro o cinque bustine prima della gara”.

## Correre più degli altri

L'idea, assolutamente sballata, è che la combinazione consenta, alla lunga di sentire e ammortizzare meglio le fatiche. Balle. Ma la combinazione, la formula magica fatta in casa per il successo domenicale, aveva anche un altro componente. “Quando la gara era importante ho iniziato ad assumere anche supposte di cortisone”. Sono iniziati i problemi gastrici, ma quasi per miracolo senza provocare l'ulcera. Gli effetti di un miscuglio mortifero. “La tachicardia è stato il primo sintomo quello che ha acceso una spia, ma non mi sono fermato”. C'era un'altra barriera da superare, Andrea vedendo gli amici prendersi ulteriori pasticche, spacciate per integratori, ha provato anche l'ultima frontiera. “Io sono andato oltre il Ventolin, l'Aulin, il cortisone, ho iniziato ad assumere anabolizzanti”. I derivati sintetici del testosterone. L'obiettivo era quello di ridurre la parte grassa, aumentare la muscolatura e migliorare le prestazioni, correre più degli altri. Prendeva la sostanza iniettandosi nei muscoli da potenziare: gambe e polpacci. Trasformandosi così in un tossicodipendente in piena regola. Oltre la tachicardia ha iniziato a fare la sua comparsa, con l'assenza di cicli di assunzione, anche l'impotenza.

Questa volta Andrea ha preferito fermarsi. Da impiegato in azienda, a un passo dalla pensione, forte della passione per le due ruote, si è trasformato tristemente in uno sportivo dopato. “Io volevo un fisico asciutto, una buona massa muscolare, ma che fosse efficace alla disciplina che svolgevo”. Si è ritrovato impotente e tachicardico. È ripartito da un bravo endocrinologo, iniziando la disintossicazione.

Andrea ha i figli ormai grandi, realizzati e lui è benestante, una condizione comune, del resto, per chi coltiva la scorciatoia delle sostanze. Per gli anabolizzanti, infatti, si arriva a spendere non meno di 500 euro a settimana. Cifre importanti che danno la misura del giro di affari del mondo degli sportivi malati di gloria effimera.

Ma quella di Andrea non è una storia isolata, è un tratto distintivo che accompagna lo sport amatoriale, un tarlo, un vizio che vale milioni di euro e mette a rischio la salute degli atleti. Ma non solo. Anche il doping della domenica, quello amatoriale, è infatti un reato. Perché viola le leggi, oltre il senso del ridicolo. Scorrendo i gli archivi dei Nas, i Nuclei antisofisticazione e sanità dei Carabinieri, di casi analoghi se ne trovano numerosi. “Eravamo in Sicilia, a una gara ciclistica: alcuni corridori ci hanno visto in prossimità del traguardo, raccontano gli inquirenti, e invece di fermarsi dopo l'arrivo hanno continuato a pedalare”. Non sono propriamente fuggiti. Pedalata dopo pedalata, infatti, sono arrivati all'ospedale, piuttosto lontano: “Hanno chiesto referti medici, sostenendo di essere caduti”. Dario Praturlon, capitano dei carabinieri del Nas, racconta con il tono di chi non può più sorprendersi. Dal 2007 gira l'Italia con militari e medici per stanare gli sportivi dilettanti che si dopano, e il sottobosco che li rifornisce: dall'amico che smercia fiale e compresse, al gestore della palestra che arrotonda, sino al farmacista spregiudicato. “Ma in tanti comprano su internet, all'ingrosso” spiega Praturlon.

Il lavoro è tantissimo, a conferma che il doping non è affare solo degli sportivi professionisti, quelli che finiscono in copertina o in tv: anzi. “Tra i dilettanti è un fenomeno di grandi dimensioni” conferma Praturlon. L'ultimo report per l'agenzia mondiale anti-doping, realizzato dal consulente dell'agenzia e maestro di sport Alessandro Donati e dalla criminologa belga Letizia Paoli ha esaminato indagini giudiziarie, sequestri di sostanze, controlli antidoping per arrivare a questi numeri: più di 250 mila persone assumono sostanze dopanti, tra professionisti e amatori, per un giro di affari di 425 milioni di euro.

A combattere il fenomeno ci sono (anche) i 160 carabinieri del Nas, che assieme alla Commissione di vigilanza del ministero della Salute controllano i non professionisti. Gli



DROGATI DI SPORT



**250MILA**  
ASSUMONO  
SOSTANZE  
DOPANTI

**L'ULTIMO REPORT** per l'agenzia mondiale anti-doping, realizzato dal maestro di sport Alessandro Donati e dalla criminologa belga Letizia Paoli ha esaminato indagini giudiziarie, sequestri e controlli antidoping.

**425 MLN**  
IL GIRO  
D'AFFARI  
DEL SETTORE

**NON SOLO PROFESSIONISTI** I risultati del rapporto sono arrivati a questi numeri: più di 250 mila persone assumono sostanze dopanti, tra professionisti e amatori, per un giro di affari di 425 milioni di euro.

**440**  
GLI INDAGATI  
DAI NAS  
NEL 2012

**CONTROLLI** Nel 2012, il Nas ha sequestrato 54 mila tra fiale e compresse e arrestato 67 persone: 440 gli indagati. Un lavoro fatto su segnalazioni da parte di procure e cittadini, ma anche in seguito a controlli sulle gare.



**DROGATI DI SPORT**

atleti che gareggiano per lavoro sono invece di pertinenza della procura antidoping del Coni. Ma la giustizia ordinaria non fa troppa differenza tra dilettanti e professionisti. Chi si dopa, chi vende farmaci vietati o li somministra rischia una condanna penale, perché il doping in Italia è reato.

### Il fenomeno le pene e il mercato

La pena base va dai tre mesi ai tre anni di carcere: aumenta per atleti e medici professionisti. La lista "delle sostanze e pratiche mediche il cui impiego è vietato per doping" viene aggiornata periodicamente dal ministero della Salute. Continua ancora Praturlon: "Le sostanze più usate dai dilettanti sono gli ormoni, come il Gh (ormone della crescita, ndr), il testosterone e gli stimolanti, come l'efedrina. L'Epo (ormone, aumenta l'ossigenazione del sangue, ndr) invece non

è molto diffusa: costa troppo".

Il mercato è comunque fiorente. Solo nel 2012, il Nas ha sequestrato 54 mila tra fiale e compresse e arrestato 67 persone: 440 gli indagati. Un lavoro fatto su segnalazioni da parte di procure e cittadini, ma anche in seguito a controlli a campione sulle gare e le manifestazioni sportive. "Giriamo l'Italia, e possiamo anche presenziare ai test dei medici" spiega Praturlon, che aggiunge: "Il 2,5-3 per cento degli atleti risulta positivo, una percentuale alta". Dai numeri si passa agli aneddoti. "Quando ci vedono alcuni atleti vengono presi dal panico. Mesi fa, in una gara di body building, una pesista è letteralmente scappata, e altre due ci hanno provato. Talvolta assistiamo a sceneggiate. Un ciclista di 50 anni, per giunta, medico, ci ha giurato e spergiurato che non aveva mai assunto farmaci: eppure il test era chiarissimo".

SPORT

## L'inchiesta Francese

di PIER BERGONZI

# DOPING: PERCHÉ SEMPRE IL CICLISMO?

**P**eri Renato Di Rocco, presidente della federazione ciclismo e vicepresidente dell'Uci, ha preso carta e penna per dichiarare la rabbia per gli effetti dell'inchiesta doping del Senato francese: «Se la ricerca vuole essere credibile, fuori tutti i nomi e le altre discipline. Se il Senato ritiene conclusa l'informazione, indebolisce l'azione evidenziando una squallida azione strumentale e mediatica al solo scopo di colpire il ciclismo».

Lo sdegno di Di Rocco è lo stesso di gran parte del movimento a due ruote. Detto che il «vittimismo» non è mai stato d'aiuto alla lotta contro il doping, è invece lecito chiedersi perché «sempre il ciclismo»? Nell'inchiesta spagnola «Operacion Puerto» erano coinvolti anche altri sport (atletica leggera, calcio, tennis?), ma alla fine è diven-

tato un processo al ciclismo. E il dossier del Senato francese ha coinvolto 15 discipline, ma alla fine sono usciti (e non dovevano uscire) soltanto i nomi dei ciclisti.

Basta leggere con attenzione le 800 pagine dell'inchiesta per scoprire alcuni dettagli illuminanti. Il '98 del Tour, sotto la lente d'ingrandimento per il massiccio impiego di Epo, è stato anche l'anno del Mondiale di calcio vinto in casa dalla Francia. L'Uci e la Fifa chiesero al ministero francese di distruggere le provette al termine dei controlli doping. Al ciclismo venne detto no. Alla Fifa sì, e un addetto della federazione mondiale andò al laboratorio di Chatenay-Malabry per assistere alla distruzione di tutte, ma proprio tutte, le provette. Nell'inchiesta del Senato compaiono

sospetti circostanziati su quel Mondiale di calcio, ma nessuno ha mai potuto ricontrattare le provette, perché quelle provette non ci sono più... E il tennis? Il presidente internazionale Ricci Bitti si becca, nel dossier, un cartellino giallo «per la campagna poco incisiva nei controlli a sorpresa».

Insomma il ciclismo paga pesantemente, ma è di certo lo sport che più ha fatto e più sta facendo. La lotta al doping, per essere credibile, deve avere una sola regia mondiale indipendente e regole chiare e uguali per tutti. Senza deroghe. Altrimenti la domanda «perché sempre il ciclismo?» continuerà ad essere legittima.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

@pierbergonzi

Dopo sigarette, grassi insaturi e bibite gassate, l'ultima battaglia salutista di Michael Bloomberg è contro la scala mobile. Il sindaco di New York ha dichiarato di non aspettare mai fermo, quando la prende. Ha invitato i suoi concittadini a fare altrettanto e, in generale, a usare di più le scale tradizionali. Con buona pace del numero di piani dei grattacieli di Manhattan, Bloomberg ha disposto che nei nuovi palazzi in costruzione o da ristrutturare le scale siano ben visibili, non come adesso semi nascoste e costellate di allarmi sonori manco fosse un campo minato.

«Rendiamola una cosa fantastica, le persone non devono viverla come un'imposizione, ma come una scelta che produce dei benefici effetti e che alla lunga li aiuta a vivere meglio», si è raccomandato ai suoi collaboratori in pieno spirito di «spinta gentile», il principio teorizzato da Richard Thaler e Cass Sunstein nel bestseller *Nudge*, per i quali il divertimento è il modo più semplice per migliorare i comportamenti. Insomma, bisogna inventarsi qualcosa tipo le scale-piano forte all'uscita dalle metropolitane.

La Bbc ha subito obiettato in alcuni Paesi, come in Canada, è vietato camminare sulle scale mobili. Ma *Gawker*, uno dei blog più popolari e redditizi degli Stati Uniti, ha scritto che «chi sta fermo in piedi fa perdere minuti preziosi di vita a quanti stanno dietro a lui, soprattutto in discesa».

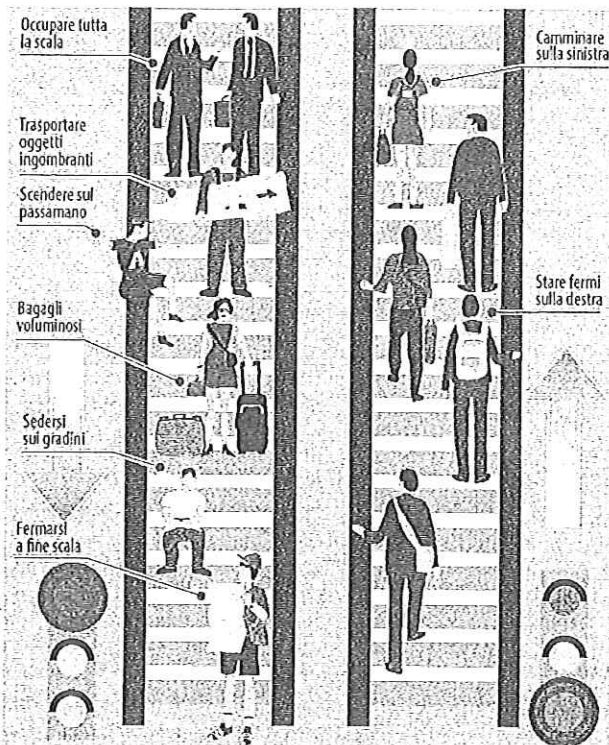
Esagerati? Forse. Ma scarpinare a casa propria o al lavoro ha i suoi vantaggi, sia funzionali che estetici. Se ne avvantaggiano muscoli anteriori e posteriori della coscia, della gamba, del polpaccio e del piccolo, medio e grande gluteo. Risultato: più forza e più tono. «Il consumo delle calorie è modesto. Per avere un parametro di riferimento bisogna pensare che cinque chilometri di camminata a passo svelto ci fanno bruciare un centinaio di calorie in mezz'ora», spiega il nutrizionista Andrea Strata. Però da lì si innesca una serie di reazioni metaboliche che non si esaurisce negli esercizi. Prosegue lo specialista: «Viviamo

**Gli scalini** Da fare prima dei pasti e rigorosamente in salita (tra i tre e quattro piani). È la ricetta della salute proposta dal professore nutrizionista Andrea Strata. Un modo sicuro, sostiene nel suo metodo, per eliminare circa due chili in quindici giorni e migliorare la salute  
A destra il sindaco di New York Michael Bloomberg; sotto illustrazione di Guido Rosa

**Società** Le regole e i vantaggi. Massimo Ranieri: solo a piedi. Lo chef: mai oltre un piano

# I palazzi diventano palestra Quelli che prendono le scale

La battaglia del sindaco di New York: fanno bene, fatele



inscatolati: dentro una scatola lavoriamo, dormiamo, mangiamo, ci spostiamo. Così ci esponiamo alla sindrome ipocinetica e ai danni della pressione».

Uno studio dell'ospedale universitario di Ginevra ha dimostrato che affrontare per dodici settimane le rampe di casa o dell'ufficio ridurrebbe del 15 per cento il rischio di morte prematura (escluse calamità e incidenti, s'intende), oltre a guadagnarci girovita e massa grassa più sottili, pressione arteriosa e colesterolo cattivo più bassi. Serve altro per convincersi?

Massimo Ranieri, per esempio, di ascensore non ne ha mai preso uno. Anzi, si ricorda ancora di quando a New York fece ventidue piani a piedi e impiegò venti minuti. Il «cuoco da incubo» di *Fox Life*, Antonino Cannavacciuolo, ammette di essere passato dagli 82 chilogrammi di dieci anni fa agli attuali 125 per aver abbandonato corsa, palestra e calcio. E le scale? «Oltre il primo piano, prendo sempre l'ascensore». Mary Cacciola, irresistibile condut-

trice di *Non c'è Duo senza Tè* su Radio Capital, neanche si sogna di portare una sporta della spesa a piedi se l'ascensore è bloccato: «Vivo all'ottavo piano in un palazzo dove l'età media è 75 anni... Quando qualcuno si dimentica la porta aperta, mi armo di coraggio, salgo a prenderlo e lo riporto giù». E, vergognal, pure l'assessore regionale lombardo allo Sport Antonio Rossi, ex campione olimpionico, al Pirellone non prende mai le scale (ma in compenso due volte alla settimana va e torna da Lecco a Milano in bicicletta).

L'importante è non credere che basti fare tre piani a piedi per essere in perfetta salute. Matteo Giunta, preparatore fisico di Federica Pellegrini e di Filippo Magnini, ci tiene a dirlo: «Qualunque tipo di attività moderata è sempre meglio che non fare niente. Ma l'obesità e i chili di troppo si affrontano con un'alimentazione corretta e uno stile di vita adeguato».

**Elvira Serra**  
@elvira\_serra

# Alle Olimpiadi più pazze l'Italia è regina di podi

*World Games, azzurri star tra salvamento e rotelle*

COSIMO CITO

**S**umo, danza sportiva, korfbal, orientamento, ma anche paracadutismo, arrampicata, squash, 26 discipline in cerca d'autore, o di un'Olimpiade. Intanto ne hanno trovata una, una specie. I World Games sono la non-Olimpiade, l'anticamera strana, bella e a volte impossibile dell'Olimpiade vera, quella che si celebra ogni quattro anni, quella che muove miliardi e capi di stato, e atleti, sponsor, il mondo. Sono i Giochi degli sport non olimpici, esistono da 32 anni e nove edizioni e in questi giorni stanno riempiendo Cali, in Colombia, di ragazzi, ragazze, omoni, di ta-

lenti assoluti di sport improbabili come il tiro alla fune, che pure fu olimpico alle origini, o solo complicati come lo snooker, o gloriosi come il sumo. Esistono, questi sport, e lo ricordano ogni quattro anni, come un'Olimpia-

## Medagliere dei World Games

	oro	arg.	bronzo
1 Italia	9	10	9
2 Francia	9	3	6
3 Germania	8	4	3
4 Russia	7	8	6
5 Giappone	5	0	3
6 Ucraina	3	7	6
7 Colombia	3	2	4
8 Bielorussia	2	1	
9 Brasile	1	3	
10 Olanda	1	2	2

de vera, negli anni dispari però, per non disturbare. Cali, Colombia, stadi bellissimi, un'organizzazione perfetta, c'era anche Jacques Rogge alla cerimonia inaugurale, il 25 luglio. Il Cio benedice, osserva, sceglie, pro-

muove. Il rugby a 7 sarà olimpico già a Rio 2016, dai World Games ai Giochi, quelli veri, quelli dei Cinque cerchi veri.

Intanto a Cali si lotta e si vince, e ci si commuove. L'Italia è prima nel medagliere, è potenza

senza pari negli sport in cerca d'autore, già 28 medaglie, già 350 nella storia di questi piccoli Giochi. A Cali l'Italia vince nel nuoto pinnato, nel pattinaggio a rotelle, nel karate, dove una ragazza mora di 26 anni, Sara Battaglia, è tra le migliori al mondo nel kata, disciplina che prevede l'esecuzione di tecniche di difesa e contrattacco contro un avversario immaginario. E nel salvamento siamo già a quota 18 medaglie, e Federico Pinotti sale e scende dal podio, cinque argenti e un bronzo per dire chesì, portare un manichino da una parte all'altra di una piscina è davvero uno sport, e non un'appendice fuori dal tempo di Giochi senza Frontiere. Lo sci nautico, poi, slalom, trick, numeri da circo legati a un motoscafo, e che peccato che l'Olimpiade, quella vera, non ammetta mezzi motore. Più veloce, più in alto, più forte, vale anche qua. Si gioca a bowling a Cali, si pratica la petanque come in un tramonto polveroso della Provenza, c'è il football americano, le splendide ragazze del softball cercano il biglietto di ritorno ai Giochi veri, dopo aver bucato

Londra, e anche il baseball, silurato a Pechino, cerca di rifarsi un'immagine in vista del 2020.

Cali come una vetrina, in mostra ci sono l'altro sport e atleti veri. O presunti, come gli energumeni del tiro alla fune, sedici pance e coppie di braccia come tenaglie che rifanno il gesto dei padri e dei nonni. C'è la meglio gioventù o anche la meglio maturità - nelle bocce c'è un inglese di 69 anni - dello sport, e fino al 4 agosto, quando scenderà il sipario sui World Games, saranno battaglie e giorni indimenticabili per 4500 atleti di 101 paesi. Medaglie d'oro senza titoli sui giornali, senza tv e senza un futuro che non sia autoreferenziale, il gioco per il gioco, l'arte per l'arte, esistere e resistere. Hanno attraversato i tempi, i continenti questi piccoli Giochi dell'altro sport, più longevi dei defunti Goodwill Games, più riusciti dei Giochi dei piccoli stati, più sensati dei Giochi delle Piccole Isole. Nel 1981 a Santa Clara, in California, le discipline erano 18, gli atleti 1200, erano giochi e si giocava. Con pochi soldi, nessuna visibilità, solo un carico enorme di passione, di sudore sano. Non-Olimpiade, pre-Olimpiade o cosa? Chiamatelo sport, sport vero, e che tutto resti così, per questi magnifici carbonari dell'olimpismo.

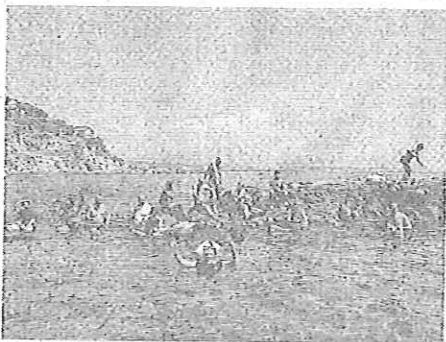
## STALETTI In cinquanta hanno risposto all'invito del Gruppo escursioni ecologiche dell'Uisp e hanno messo in pratica lo snorkeling Nuotare ammirando i fondali, esperienza unica

CATANZARO. "Nuotata ecologica a mare" è lo slogan della nuova iniziativa del "Gruppo escursioni ecologiche" del Comitato territoriale di Catanzaro e dalla Lega regionale Uisp di atletica leggera, in collaborazione con l'amministrazione comunale di Staletti nelle acque del mare Jonio tra Caminia e Copanello.

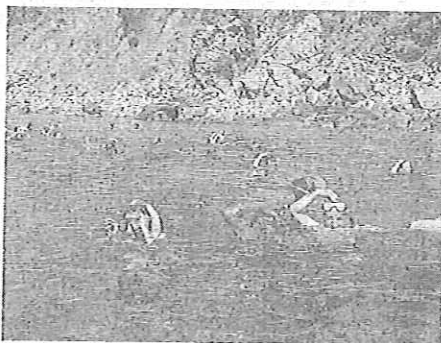
L'originale iniziativa, voluta e ideata da Walter Fratto, ha registrato la presenza di circa cinquanta nuotatori che, assistiti da due imbarcazioni di appoggio e una terza del gruppo sommozzatori, hanno percorso lo splendido itinerario dalla spiaggia di Caminia a Capo Pellegrino e ritorno. Al termine della splendida esperienza tutti si sono detti soddisfatti dell'iniziativa e hanno auspicato che ne vengano organizzate altre di simili.

L'originale iniziativa del Comitato Uisp di Catanzaro rientra nelle attività di snorkeling, cioè nel nuoto con maschera e tubo (snorkel) che permette di avanzare in acqua e di vedere contemporaneamente i fondali in maniera non invasiva ed ecologica.

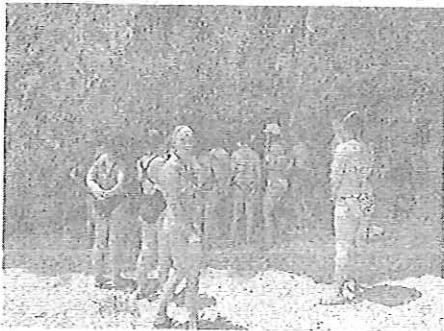
Il gruppo di partecipanti è partito alle 10 dalla Grotta di San Gregorio per esplorare un tratto di mare del fondale di Staletti fino allo scoglio del Pellegrino, il cui nome deriva da una leggenda secondo la quale su questo scoglio si rifugiò un pellegrino dopo un naufragio, di ritorno dalla Terra Santa. Il promontorio



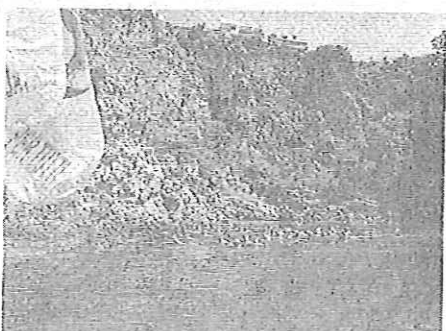
Alcuni dei partecipanti all'iniziativa si riposano dopo la traversata



Tutti con bomboletto e maschera per ammirare gli splendidi fondali del mare di Staletti



L'ingresso di alcuni partecipanti nella Grotta di San Gregorio



Una bella fotografia ha immortalato l'iniziativa dell'Uisp

di Staletti è un unicum ambientale, storico e archeologico che caratterizza la costa jonica catanzarese. L'habitat prioritario del fondale di Staletti è caratterizzato da praterie di "Posidonia oceanica".

La "Posidonia" anche se il nome è "Oceanica" è un'erba mediterranea. Un'erba marina che forma veri e propri prati subacquei, fiorisce (in ottobre-novembre), appassisce e si comporta in mare co-

me una qualsiasi erba terrestre. La peculiarità di questa forma vegetale è che è un vero e proprio incubatoio di vita marina. Al riparo dei suoi steli prolifera, trova rifugio, sostentamento e cibo una com-

plessa ecologia che è sviluppo di vita anche al di fuori di essa. Preservarla è un imperativo d'obbligo se non si vuole spopolare i nostri mari, come purtroppo sta avvenendo.

Il promontorio di Staletti è

caratterizzato anche dalla presenza di stazioni di vegetazione alofila (che vive solo in presenza di elevata salinità) che assicurano al sistema idromorfologico una resistenza al moto ondoso e, quindi, evitano, o rallentano, i relativi danni di erosione costiera. Durante la nuotata si è potuto osservare angoli sconosciuti ai più, anfratti e piccole grotte (anche completamente sommerse) e piccoli ma suggestivi canyon. Lì, dove il mare incontra la terra, e dove grazie al moto ondoso e alla conseguente erosione si sono create delle pozze, ambienti dove la poca acqua che vi rimane è sufficiente a mantenere in vita tutte le specie animali e vegetali che vi dimorano.

Gli antichi romani ne fecero un vero e proprio punto di allevamento di specie ittiche allora gradite: le murene, infatti, venivano allevate nelle cosiddette vasche di Copanello di Staletti.

Subito dopo la nuotata di circa 1.500 metri, che ha suscitato entusiasmo per la visione degli splendidi scenari marini, i partecipanti si sono incamminati per attraversare la vicina Grotta di San Gregorio, una spettacolare e ampia frattura nella roccia ricca di leggende. Qui, secondo un'antichissima leggenda agiografica, approdarono miracolosamente le reliquie di San Gregorio Taumaturgo, Padre della Chiesa del III secolo e Patrono di Staletti. < (v.m.)