

13



**RIO 2016:
ED ORA OCCHIO
A QUESTI ATLETI**

GUOR MARIAL E UNA MARATONA PER DIRE: IL SUD SUDAN ESISTE

A Londra gareggiò con i colori della bandiera olimpica, a Rio potrebbe finalmente farlo con quelli del suo Paese, il Sud Sudan, che ha conquistato solo nel 2011 la sua indipendenza e nell'estate del 2015 è stato riconosciuto come Paese dal Cio, il comitato olimpico internazionale, il 206esimo per la precisione. Guor Marial in Inghilterra si classificò

ciava la corsa alla fuga, alla paura, alla vita in pericolo. Non pensava che potesse essere invece sport, divertimento, confronto senza bombe e senza morti. Quei morti che erano stati numerosi anche nella sua famiglia durante la guerra civile: otto fratelli li aveva persi così e lui si era salvato soltanto per aver raggiunto suo zio nel nord del Paese. A quindici anni,



47esimo nella maratona, ora con una bella miscela di ingenuità e orgoglio nel cuore, si azzarda a dichiarare: **"A Rio vorrei correre per vincere. Perché no?"**. Il minimo che si possa dire è: buona fortuna. E pensare che quando lasciò il Sudan in preda alla guerra civile e ancora ragazzino, Guor disse: "Non correrò mai più". **Asso-**

per scappare dall'ipotesi di chi l'avrebbe voluto trasformare in uno studente-soldato, raggiunse il Cairo e l'Egitto insieme con lo zio, poi ottenne lo status di rifugiato ed eccolo negli Stati Uniti, nel New Hampshire. **Soltanto diversi anni dopo, Guor può tornare a casa per vedere sua madre, che quasi non lo riconosce.** È un momento

di grande emozione, come la vita che ricomincia.

Guor Marian, intanto, è un'altra persona e soprattutto è diventato uno sportivo di alto livello. Deve la svolta al suo professore di ginnastica che vince la sua diffidenza verso il correre. Il suo debutto nella maratona avviene nell'ottobre 2011 ed è in quel momento che conquista la qualificazione per andare a Londra. Ma è un cittadino di nessuno e quindi gareggia dietro la bandiera olimpica, rifiutando di scendere in strada per il Sudan. **Attualmente si allena in Kenya e fra i suoi compagni di allenamento c'è anche il campione olimpico, l'ugandese Stephan Kiprotich.** Mica male come amico per crescere. A Rio, comunque, ognuno per conto suo e vinca il migliore.



IL SUD SUDAN ha conquistato l'indipendenza dal Sudan dopo una lunga guerra civile che ha portato negli anni a uno spaventoso bilancio di due milioni di morti.

.....

Di recente, il Comitato Olimpico Internazionale ha varato una riforma che va nell'apertura alla partecipazione degli atleti anche da "indipendenti". I rifugiati o i richiedenti asilo politico, provenienti da Paesi in guerra o che comunque non sono in grado di partecipare, possono chiedere di gareggiare alle Olimpiadi sotto le insegne del Cio.



VALENTINA, LA SCHIACCIATRICE INNAMORATA DEL MONDO

Ha già riempito diverse copertine, Valentina Diouf. Merito del titolo di campionessa mondiale juniores e del ruolo sempre più importante che occupa nella nazionale italiana di volley che cercherà fortuna a Rio. In Italia, la pallavolo femminile non ha nulla da invidiare a quella maschile, come titoli, ma anche come numero di praticanti: è così Valentina ha conquistato tutti. **Dall'alto dei suoi 202 centimetri, questa la sua al-**

tezza, che la portano fino a quota 330 quando schiaccia, ovvero quando svolge il suo compito nella squadra. Valentina è anche l'Italia che cambia e che diventa più colorata: padre senegalese, mamma italiana, inizio della sua storia con la pallavolo con i cartoni animati giapponesi, sì proprio Mila e Shiro, che hanno portato tanta gente al volley. **Per lei il colpo di fulmine è scattato quando aveva sei anni, a Rio ne avrà 23.**

Valentina: anche le unghie sono azzurre





Valentina è nata a Milano, ma gioca nella LJ Modena, è fidanzata con un giocatore di basket, e ha un motto: peace and love, pace e amore. Come Federica Pellegrini ha anche i suoi tatuaggi, su uno c'è scritto: Joe de vivre, Gioia di vivere. E in questa gioia di vivere c'entra anche la pallavolo con il suo sogno olimpico. Che l'ha portata a scegliere, almeno per il momento, di non iscriversi ancora all'università. Ma ci sarà tempo per coronare altri sogni, pure lontana dalla rete dove schiaccia. Però non crediate che Valentina sia una tutto centimetri e sport senza sguardi per qualcos'altro. **Nella sua autobiografia, racconta: "non c'è più l'Europa al centro di tutto: ruotando di 180 gradi gli emisferi si capovolgono e davanti ti ritrovi l'Africa equatoriale, mentre l'Italia finisce in basso, lontana e quasi invisibile". Un modo per dire: ci sono tante cose da scoprire nel mondo e non soltanto nel posto in cui viviamo.**

Tutto è pronto dunque per Rio, dove la concorrenza sarà tremenda. Il lungo percorso di Valentina sta per vivere una tappa fondamentale. **Ne è passato di tempo da quando all'asilo era già più alta della suora che le faceva da maestra.** È pronta a schiacciare, sportivamente parlando, il mondo. E soprattutto a scoprirlo perché è questo lo sport che le piace.

**VALENTINA DIOUF
HA SCRITTO
LA SUA AUTOBIOGRAFIA,
"QUANDO SARAI GRANDE",
PUBBLICATA DA
MONDADORI.
LA SPERANZA È
CHE DOPO RIO SERVA
AGGIUNGERE UN ALTRO
IMPORTANTE CAPITOLO...**



LA DIVA FEDERICA FRA SCARPE, RECORD E TATUAGGI

La prima cosa che bisogna dire è che Federica Pellegrini non ha conosciuto soltanto la vittoria. Anche perdere le ha insegnato parecchio: non si contano più le tante volte in cui la davano per spacciata, finita, ex. **E invece lei ha saputo ripartire e oggi non si è più sicuri di nulla: la sua storia olimpica cominciata ad Atene, nel 2004, a soli 16 anni e 12 giorni,**

tutto: era reduce dall'oro di Pechino, sempre nei 200, aveva fatto doppietta ai Mondiali di Roma, l'anno dopo, aggiungendo i 400 ai 200. Ma poche settimane più tardi morì il suo allenatore, Alberto Castagnetti, con cui il legame era fortissimo. Come se un giorno ti ritrovi sulle sabbie mobili o in mezzo all'oceano senza vedere la riva. Fede, il soprannome con cui un



l'italiana vincitrice di medaglia più giovane con l'argento dei 200 stile libero, non ne vuole sapere di finire. Il suo momento più difficile è stato quello in cui aveva vinto

bel po' d'Italia la chiama, ha saputo riprendersi. Sara Simeoni convinse l'Italia che donna e sport sono due parole che possono

Federica Pellegrini ha una grande passione: colleziona paia di scarpe. Le ultime notizie la danno sopra quota 300...

.....

Un altro "vizio" di Fede: i tatuaggi. Il più celebre è l'araba fenice sul collo, ma ci sono anche draghi cinesi e rondini, e ogni disegno rappresenta un pezzo della storia della sua vita.

.....

Federica è fidanzata con Filippo Magnini, anche lui nuotatore di altissimo livello con la perla di un oro mondiale nei 100 stile libero.

andare non solo d'accordo, ma regalarci immagini e storie meravigliose. **A Federica Pellegrini tocca invece un altro ruolo: mettere insieme fatica, sacrificio, ma anche desiderio di vivere la vita al di fuori di una piscina.** E così Fede ha saputo gestire con disinvoltura gossip e rotocalchi, sponsor e apparizioni televisive, conquistando la patente della diva senza dare mai l'idea di smaniare per averla. Il suo viaggio è stato lungo, certo: nata a Spinea, cresciuta a Mestre, diventata grande a Verona, sembra uno spot pubblicitario del Veneto che vince. Ma c'è anche tanta Roma dentro la sua storia: è tesserata per il Circolo Canottieri Aniene.

Se ad Atene sbalordì da sorpresa, se a Pechino seppe controllare la pressione della favorita, è a Londra che ha vissuto i suoi giorni più difficili. Quando concluse il suo sforzo con due quinti posti, molti si convinsero che stava proprio calando il sipario, clic, basta, è finita. E invece niente, eccola di nuovo a ripartire, metabolizzando tutto, pure cambi di allenatore e di città. Ne sono passate di piscine, di medaglie, di record, **da quando si vestiva da Colombina**



Federica, veneta con "contorno" romano

per il Carnevale di Venezia o s'appassionava a Goldoni sui banchi del liceo scientifico Morin. Ma il nuoto è ancora un compagno di viaggio da cui è difficile separarsi. Con o senza medaglie.

CHAMIZO, DALLA LOTTA (E DA CUBA) PER AMORE

Si racconta che per salvare la lotta alle Olimpiadi, avrebbero voluto toglierla perché poco moderna e televisiva, si siano mossi pure capi di Stato. **Frank Chamizo ringrazia. Frank è un italiano per amore che è nato e cresciuto a Cuba. Condivide con sua moglie, lottatrice pure lei, Dalma Caneva, la grande passione per lo sport. Si sono conosciuti gareggiando, si sono piaciuti, si sono sposati.** E ora si fanno il tifo reciprocamente. C'era anche lei, Dalma, a Las Vegas, quando Frank ha vinto a sorpresa il titolo mondiale nella categoria degli atleti che non pesano più di 65 kg., facendo sognare un analogo trionfo a Rio de Janeiro, nella sfida olimpica. Frank è un tipo tranquillo che in gara sa mescolare bene determinazione e freddezza, due componenti fondamentali della lotta, una disciplina antichissima, già pre-



Nella lotta libera l'Italia non sale sul podio dal 1980, quando alle Olimpiadi di Mosca Claudio Pollio vinse la medaglia d'oro della categoria degli atleti che non superano i 48 chilogrammi di peso. L'ultima vittoria azzurra nella lotta è invece di Pechino 2008: a vincere nella categoria fino a 84 kg., fu Andrea Minguzzi.

.....

Nella lotta libera si può "prendere" l'avversario in tutto il corpo, mentre in quella greco romana ci si deve limitare alla parte superiore

sente nelle Olimpiadi dell'antichità, seppure in una formula speciale, quella del pancrazio, che era una sorta di miscela con la boxe. **È un figlio d'arte, nel senso che suo padre Pavel è stato lottatore pure lui,**



ma non si può dire che sia per quello che ha scelto questo sport: quando aveva due anni, il papà lasciò Cuba e se ne andò a Miami, lui è cresciuto con la mamma. Ma c'è stato il tempo per ritrovare anche il genitore partito, pure lui a fare il tifo a Las Vegas, nel giorno più bello di Frank.

Anche se è ancora giovane, il ragazzo che gareggia per il gruppo sportivo dell'Esercito si è già meritato un appellativo dopo le sue imprese: magico. In genere si allena fra Genova, dove ha abitato da quando è venuto in Italia, e il centro federale di Ostia, il Palafijlkam, che è un po' la casa delle squadre azzurre di lotta, judo e Karate. A Rio, arriverà con altri azzurri di Cuba. **In particolare, una storia simile, anche lei italiana per amore, è quella di Libania Grenot, campionessa europea dei 400 metri.** Prima di lei, c'era stata invece Magdelin Martinez, specialista del salto triplo. Amaurys Perez, anche lui nato a Cuba e cresciuto sportivamente nel nostro Paese, è invece vicecampione olimpico di pallanuoto con la nazionale azzurra: **fu argento a Londra, ci riproverà a Rio.** E chissà se Frank si accontenterebbe del secondo posto oppure...



JERRY TUWAI, LE ISOLE FIGI E UN MELONE CHE È DIVENTATO RUGBY



C'è un posto, nei lontani Mari del Sud, dove un popolo sogna una medaglia olimpica che non ha mai vinto. Proverà a conquistarla a Rio de Janeiro affidandosi ai suoi campioni più conosciuti e più amati: i giocatori di rugby. Per la precisione, quelli del rugby a 7, la disciplina che debutterà ai Giochi del 2016. **E in prima fila, in questa corsa, ci sarà Jerry Tuwai, 26 anni, che ha cominciato a giocare con**

l'ovale sin da ragazzino, in campi improvvisati, soprattutto sulla spiaggia o sulla ghiaia, e con un pallone particolare, niente cuoio, ma un melone o una bottiglia d'acqua, oppure una maglietta raggomitolata con un elastico, come la palla fatta di stracci che in Italia si usava ormai qualche tempo fa per le partitelle di calcio.

Jerry è cresciuto in un posto non facilissimo: Newtown, Suva, luogo dove crescere è

Le isole Figi sono indipendenti dalla Gran Bretagna dal 1970. La popolazione supera di poco gli 860mila abitanti secondo il censimento del 2012. Delle 322 isole, soltanto 106 sono abitate.

.....

Anche le isole Figi, come gli All Blacks neozelandesi con la loro Haka, hanno la loro danza prima di cominciare a giocare. Si chiama Cibi. Prima di cominciare, per spaventare gli avversari, i giocatori si muovono per mostrare il loro grande spirito di squadra.

complicato, fra delinquenza e povertà. In un servizio per la Bbc, la televisione britannica, Tuwai ha mostrato dove è cresciuto e ancora vive con i genitori e la sua grande famiglia: **una baracca di lamiera in cui fino a poco tempo fa non c'erano acqua ed elettricità**. Ora è diverso, ora Jerry è una stella dello sport ed è diventato per il rugby la

matricola dell'anno, rookie of the year, per l'orgoglio di papà, mamma, i due fratelli e le due sorelle. In realtà lui, Jerry, oggi la star della squadra che a Rio cercherà la medaglia d'oro, aveva cominciato con la pallavolo a scuola prima che il rugby lo conquistasse. **Nonostante non sia proprio un gigante pieno di muscoli tant'è che tempo fa dovette apprendere sui giornali che era stato scartato dalla nazionale perché troppo piccolo.**

Ma il rugby non è fatto solo di muscoli e di statura, particolarmente quello a 7, anche di corsa, intelligenza, altruismo. E così Jerry ha fatto strada e oggi può discutere con i suoi compagni, alcuni giocano all'estero, altri ancora nell'arcipelago, come fare per compiere la missione Rio 2016. D'altronde se le isole Figi, nel rugby a 15, hanno una tradizione importante che le pone spesso fra le prime dieci nazioni nel mondo, **in quello a 7 le possibilità crescono e già due volte la squadra delle 322 isole e dei 522 isolotti ha vinto il titolo mondiale, nel 1997 e nel 2005**. Insomma, quest'estate seguiremo pure le corse di Jerry, ovale alla mano. Per capire se "il sogno è diventato realtà".



LA SFIDA PIÙ DURA: QUELLA CONTRO IL DOPING



Alex Schwazer prepara il ritorno alle gare

Non è un atleta, però di medaglie d'oro ne ha vinte, imbrogliando. Si chiama doping, è l'insulto più grande all'ideale olimpico, ma anche un modo tragico per rischiare la propria salute. Doping è una parola che viene da lontano, forse venne usata per la prima volta in Sudafrica o in Olanda, ma oggi è conosciuta in tutto il mondo: doping è quando non ti bastano le tue forze, il tuo corpo, la tua grinta, e allora devi ricorrere a qualcos'altro non accettando i tuoi limiti. Barando e rischiando, l'abbiamo detto. Con la crescita degli interessi economici che circondano lo sport, alle Olimpiadi e non solo, il rischio di una moltiplicazione del ricorso a sostanze proibite è sempre molto alto e a ogni edizione olimpica si gioca anche un'altra gara oltre a quelle previste dal programma olimpica: la lotta fra il doping e l'antidoping.

Già dalle prime Olimpiadi si comincio' a parlare di doping, ma è soltanto dal 1960 che la preoccupazione divenne tragedia con la morte di Knut Jensen, ciclista danese, durante la 100 chilometri a squadre dei Giochi di Roma. Il primo, vero controllo antidoping alle Olimpiadi risale ai Giochi invernali di Grenoble. Il controllo antidoping viene effettuato sulla "pipì" di un atleta subito dopo la gara, ma ormai si cerca di scoprire eventuali violazioni anche durante i periodi di allenamento con i cosiddetti controlli a sorpresa. Quando nelle urine di un atleta viene trovata una sostanza proibita, si parla di positività all'antidoping.

Il caso più clamoroso nella storia dei Giochi è stato quello di Ben Johnson, sprinter canadese: a Seul, nel 1988,

vinse con il record del mondo la sfida dei 100 metri sul grande rivale Carl Lewis, ma fu squalificato per la presenza di stanozolol, uno steroide anabolizzante che aumenta la potenza muscolare, nelle sue urine. Ma in quegli stessi anni, lo si è scoperto dopo, la Germania dell'Est preparava i suoi atleti con sostanze proibite come è emerso studiando le carte segrete della Stasi, il servizio di spionaggio. In generale, però il doping non ha confini. Prima delle Olimpiadi di Londra, anche l'azzurro Alex Schwazer, campione olimpico della 50 km. di marcia a Pechino fu trovato positivo. Ora vuole tornar a gareggiare a Rio giurando sul fatto che marcerà da pulito grazie alla collaborazione con l'allenatore Sandro Donati.

Il primo atleta positivo all'antidoping alle Olimpiadi è stato il pentatleta svedese Hans Gunnar Liljenwall.

.....

Il doping più diffuso e più combattuto negli ultimi anni è stato quello dell'eritropoietina. Anche il corpo umano produce la sostanza, ma per favorire il trasporto di ossigeno nel sangue e quindi sentire meno la fatica, si utilizza l'epo farmacologica, che ora può essere però scoperta dai controlli quando l'assunzione non è particolarmente lontana nel tempo.

.....

In Italia, il doping non è soltanto un reato sportivo, ma anche un reato penale con sanzioni che possono prevedere anche il carcere. La legge fu approvata il 14 dicembre del 2000.

Ben Johnson



