

L'olimpionico di Rio 2016 ama lasagne e birra
«Ma i chili in più sono tutti massa magra
Come ho fatto? Semplice: lavoro il doppio»

BASILE

SCOMMESSA PESANTE

Agli Europei si presenta in una categoria superiore: quella dei -73 kg. «Ho deciso tutto da solo e non me ne pento affatto»

«Voglio fare qualcosa che non è mai riuscita a nessuno»

di **Giorgio Burreddu**

Le lasagne sì, «quelle di nonna Diamante, mmhh, non mi ci fate pensare, certo che anche quelle di mamma Tiziana spaccano». La birra pure, «ogni tanto assolutamente sì, perché non è che puoi ammazzarti di fatica e non concederti nulla». Si nutre ancora di ambizioni, Fabio Basile. E fa bene. Oggi cominciano gli Europei e il campione olimpico di judo, 23 anni, a Tel Aviv non ci va mica per digiunare. «La mia preparazione non ha nessun peccato. Non ho sbagliato nulla, i miei tecnici non hanno sbagliato nulla. Con loro ho sempre avuto un rapporto franco e schietto, al punto che sono pronto a dire che una cosa è meglio non farla, io dico sempre le cose come stanno. E loro hanno fiducia in me. Sento che questo Europeo andrà bene, me lo sento dentro. Ma non posso dire che arriverò primo, perché questo è uno sport fatto di attimi». Un attimo ci

vorrà per capire se la nuova categoria di Basile, -73 kg, darà i risultati che tutti si augurano di vedere. Terzo al Grand Slam a Ekaterinburg, adesso però si fa sul serio. «La decisione l'ho presa da solo - assicura Basile -, e non me ne pento affatto».

Quanto è stato difficile attestarsi sulla nuova categoria dalla -66kg?

«Tanto, è stata una decisione quasi da matto. Ma è proprio per questo che non me ne pentirò mai, perché le difficoltà mi piacciono e mi danno stimoli».

Cosa ha dovuto fare per aumentare il peso?

«Lavorare il doppio di prima, è tanto semplice. Prima di allenamenti ne facevo due, adesso ne faccio tre. Mangio sangue e bevo sangue, diciamo così».

Il rapporto col cibo come è cambiato?

«Nulla di particolare. E' tutta massa muscolare magra e il mio nutrizionista è molto contento del lavoro che facciamo. Si chiama Giovanni, è bel tassello per me».

Le dice cosa deve fare?

«Mi dà fiducia, mi aiu-

ta. Sa quello che mangio e mi tiene controllato. Ma poi ho anche ventitré anni e per come sono fatto mi devo autogestire. Non mi serve tanto, non esagero con niente».

Sgarra ogni tanto, dica la verità.

«L'atleta perfettissimo non esiste».

Teme qualcuno a questi campionati d'Europa?

«Temere è una parola che non conosco. Temo solo l'aereo perché non lo controllo io».

Qualcuno che può darle del filo da torcere c'è?

«Sulla carta sono il numero dieci. Sì, ma sulla carta. Poi bisogna vedere. Di atleti bravi ce ne sono tanti, gli azeri Orujov e Heydarov, l'israeliano Butbul che è anche il padrone di casa. Atleti di grande valore. Io però voglio dimostrare di potercela fare».

Ha rivincite da prendersi?

«La verità è che quello che dovevo fare l'ho fatto. Tante rivincite non me le devo prendere: ho già dimostrato in passato. L'unica cosa che mi rimane è vincere

per me stesso, per dimostrarmi che sono diverso agli altri. Io voglio diventare il campione dei super campioni».

Una specie di campione galattico, se poi dovesse vincere in tre categorie diverse (60, 66 e 73 kg)...

«Non mi metto a fare il finto umile, è un pensiero detto dal cuore. Voglio fare qualcosa che mai nessuno ha fatto. E adesso c'è solo il judo».

Basta con lo spettacolo?

«Penso a combattere. Arriverò. Anzi, ri-arriverò. Dopo le Olimpiadi di Rio molti hanno detto male di me, ho perso a Parigi il primo incontro nella nuova categoria. Ma dico, che ne sapete voi? Io ho il fuoco dentro».

Ci pensa a Tokyo 2020?

«No, assolutamente no. Penso alla mia prossima gara, solo a quella. Penso a questo Europeo. E' inutile ragionare in ottica futura. In questo sono maturato tantissimo».

©RIPRODUZIONE RISERVATA



PROGRAMMA

**OGGI DALLE 13
IN DIRETTA TV
SU RAISPORT**

Sedici azzurri, per un'Italia che si è definita «bella, ambiziosa e pronta». In lista, oltre all'oro olimpico di Rio 2014 Fabio Basile, c'è la calabrese Rosalba Forciniti, bronzo a Londra 2012.

Quattordici titoli europei in palio, sette femminili (cat. 48, 52, 57, 63, 70, 78 e +78 kg) e sette maschili (60, 66, 73, 81, 90, 100 e +100 kg). Prima giornata (oggi, dalle 13 diretta RaiSport) già ricchissima con Francesca Milani (48 kg), Rosalba Forciniti (52), Martina Lo Giudice (57), Manuel Lombardo (66) e Matteo Medves (66). Domani protagonisti Edwige Gwend (63), Carola Paissoni (70), Fabio Basile (73), Giovanni Esposito (73), Antonio Esposito (81) e Christian Parlati (81). Nel terzo giorno le categorie pesanti con Linda Politi (78), Eleonora Geri (+78), Nicholas Mungai (90), Domenico Di Guida (90) e Giuliano Loporchio (100).

gio.bu

© RIPRODUZIONE RISERVATA

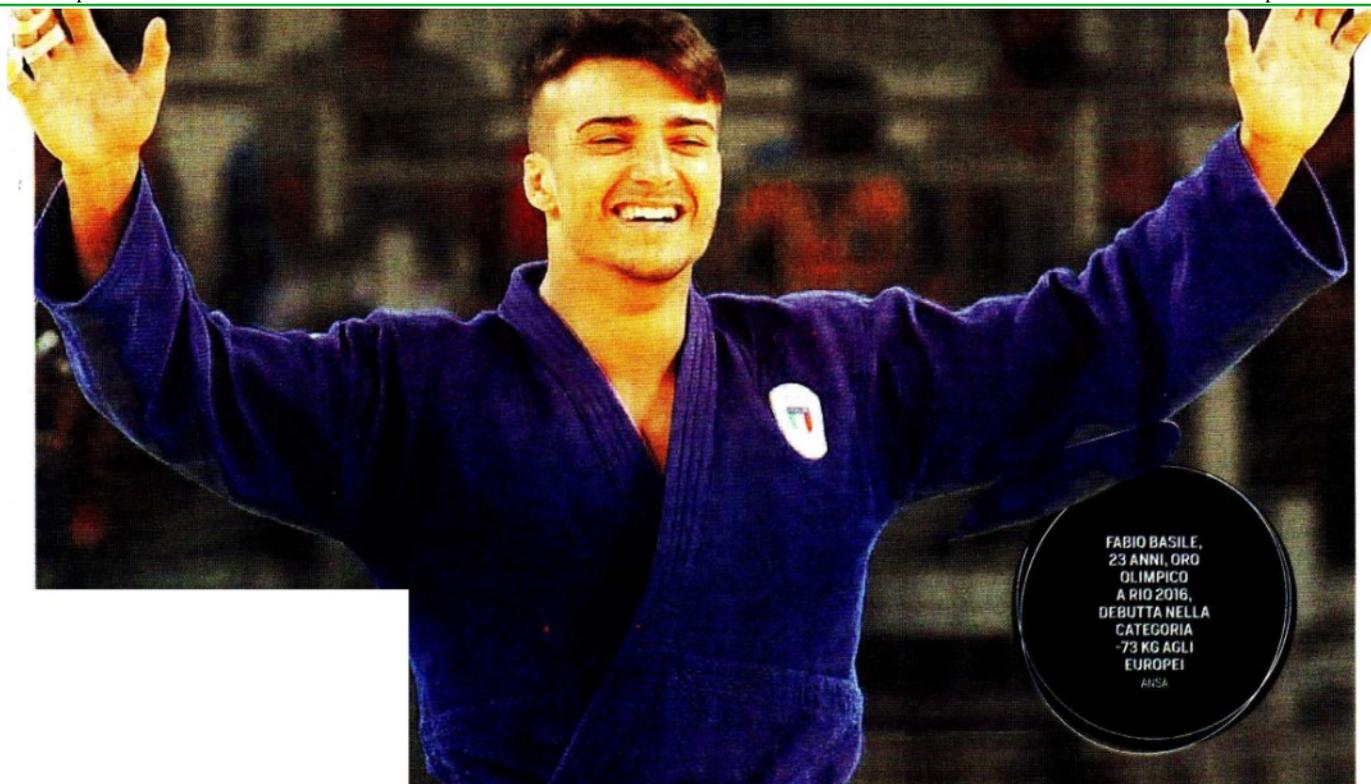
“
«PAURE?
SOLO
L'AEREO,
PERCHÉ
NON NE
HO IO IL
CONTROLLO»



“
«DOPO RIO
HANNO
DETTO
MALE DI ME
MA IO HO
IL FUOCO
DENTRO»

Bronzo europeo

Fabio Basile è nato il 7 ottobre 1994 a Rivoli (Torino). A Rio 2016 ha vinto il titolo olimpico cat. -66 kg: il 200° oro italiano nelle Olimpiadi estive. Pugliese di origine, fa parte del Gruppo Sportivo Esercito. Ha combattuto nella cat. -60 kg, -66 kg e dall'ottobre 2017 è nei -73 kg. Bronzo agli Europei di Kazan 2016 (66 kg).



FABIO BASILE,
23 ANNI, ORO
OLIMPICO
A RIO 2016,
DEBUTTA NELLA
CATEGORIA
-73 KG AGLI
EUROPEI
ANSA