

Viviana, il karate e il sogno rimandato

Il rinvio di un anno delle Olimpiadi "una scelta giusta ho sofferto di più l'incertezza"

di **Lorenzo Mangini**

Appuntamento con la storia solo rimandato. La genovese Viviana Bottaro è diventata a trentadue anni la prima karateka italiana di sempre sicura di partecipare alle Olimpiadi, l'approdo di un lunghissimo percorso agonistico. Questo risultato ha riunito generazioni di atleti, che non hanno potuto realizzare un sogno analogo. A Tokyo, il karate è stato, infatti, inserito per la prima volta nella rassegna a cinque cerchi e Viviana sogna una medaglia, senza naturalmente ammetterlo. Sono solo dieci gli atleti ammessi all'appuntamento a cinque cerchi per le gare di kata, la sua specialità. L'esibizione dura poco meno di tre minuti, ma nasconde un'infinità di lavoro, giorno dopo giorno a definire ogni singolo dettaglio tecnico, senza dimenticare l'espressività, altrettanto importante in pedana.

Il rinvio non è un problema, il sogno non cambia. La genovese di San Fruttuoso è proiettata sul prossimo anno. «È giusto così, ho sofferto più l'incertezza che la decisione finale. Sono a casa a Roma e continuavo ad allenarmi, ma ogni giorno che passava era peggio. Una parte di me sperava di "togliersi il peso", ma prepararlo in questa situazione di emergenza non era il massimo. Meglio così». Il problema maggiore sarà adesso per mamma Alba e zia Lia, sorella del papà, che avevano

già prenotato il biglietto aereo per Tokyo. «Spero che ottengano il rimborso, la zia è una mia grande tifosa, quando sono in pedana si scatenava e non manca mai quando può».

Viviana resta naturalmente già qualificata insieme ad altre cinque atlete. «Non ho bisogno di attrezzi specifici per allenarmi, il mantenimento posso farlo a "corpo libero", ma non è come essere in palestra, con tutti gli attrezzi a disposizione. Con Roberta Sodero e Massimo Montecchiani, il mio preparatore atletico, potremo programmare il percorso di avvicinamento in maniera più serena. In questi giorni facevamo delle videochiamate, dove mi illustravano il programma tecnico e la parte atletica. È un'esperienza che potrà tornare utile in futuro». Viviana ha aderito, come altri atleti azzurri, alla campagna che invita tutti a restare a casa ed offre il buon esempio. «Come cittadina, prima ancora che come atleta, mi pare la scelta migliore».

Roberta Sodero è il suo secondo Maestro dopo Claudio Albertini. «Siamo cresciute insieme, ci separano dieci anni, ed abbiamo un confronto continuo, nel rispetto dei ruoli. Ha un carattere molto tranquillo, trova sempre il modo giusto di aiutarmi a migliorare. In questa fase della mia vita sportiva è la guida ideale. È una donna come me, è facile capirsi. Fino a 25 anni ero timida e nei confronti di Claudio avevo il normale rispetto di una bambina, che seguiva le indicazioni senza discutere. Adesso partecipo molto di più».

Dopo essere andata come tifosa dal Genoa a "Quelli che il calcio", si prepara ad altre possibili future presenze in televisione a "Masterchef".

Con la sosta si sta, infatti, cimentando ai fornelli. «Avendo più tempo sto sperimentando in cucina, giovedì ho fatto una crostata. Prova superata. Anche con la pizza sono rimasta soddisfatta. Per il secondo mi butto su pollo e carne. Pesce? Il mio fidanzato, Nello Maestri, è di Palermo e quindi è abituato troppo bene. Il pesto? Per ora lo mandano da Genova». La gara, in attesa di trasferirsi in televisione, è quindi casalinga. «Mi piace cucinare, faccio anche qualche esperimento, ma, per ora, Nello è più bravo. Oltretutto impara velocemente e, in questo senso, è odioso. D'altra parte, però, è anche una fortuna avere un compagno così bravo ai fornelli».

In questo periodo le manca tanto la famiglia, a cui è molto legata, e Genova, che rimane sempre la sua città. «A casa stanno tutti bene ed in questo periodo è più che mai importante, ma non torno da Natale. Il mio programma prevedeva una bella settimana di vacanza con Nello dopo l'Europeo, previsto in questo week end, che è, però, ovviamente saltata. Con mia sorella siamo perennemente in contatto, la tec-



nologia aiuta molto. È a casa in Belgio, con tutta la famiglia».

Il Maestro al CSKA Genova, Claudio Albertini, ex metalmeccanico e sognatore, rimane un riferimento per la sua antica allieva e ha grande fiducia. Viviana saprà prepararsi al meglio, da autentica perfezionista. «Rispetto a tanti atleti di alto livello sente meno la pressione. Il suo momento magico è quando sale in pedana per la finale, con tutta l'attenzione sulla sua esibizione e non c'è nessun altro in gara. Non lascerà nulla d'intentato, è molto professionale, ma saprà essere anche rilassata nella maniera giusta, sono sicuro». Viviana non può certo contraddirlo. «È figo, un momento magico. L'eliminazione è un passaggio, ma in finale sei sola in pedana, al centro di tutto». Viviana non ha più paura di sognare e non si pone neppure il problema di aspettare. A casa ha oltre cento medaglie, ma un posto per un'altra lo trova anche nel 2021.

prà prepararsi al meglio, da autentica perfezionista. «Rispetto a tanti atleti di alto livello sente meno la pressione. Il suo momento magico è quando sale in pedana per la finale, con tutta l'attenzione sulla sua esibizione e non c'è nessun altro in gara. Non lascerà nulla d'intentato, è molto professionale, ma saprà essere anche rilassata nella maniera giusta, sono sicuro». Viviana non può certo contraddirlo. «È figo, un momento magico. L'eliminazione è un passaggio, ma in finale sei sola in pedana, al centro di tutto». Viviana non ha più paura di sognare e non si pone neppure il problema di aspettare. A casa ha oltre cento medaglie, ma un posto per un'altra lo trova anche nel 2021.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

In primo piano
La karateka
che aspetta Tokyo



▲ **Viviana e Claudio Albertini**
La karateka di San Fruttuoso e nell'immagine sotto il suo primo allenatore

