



SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Azzurre A #Tokyo2020

[Home](#) » [News](#) » [Azzurre a #Tokyo2020](#) » #Tokyo2020 Karate, Silvia Semeraro: "Vorrei essere ricordata per essere riuscita ad emozionare"

#Tokyo2020 Karate, Silvia Semeraro: "Vorrei essere ricordata per essere riuscita ad emozionare"

Ilaria Bucataio 19/07/2021



SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >

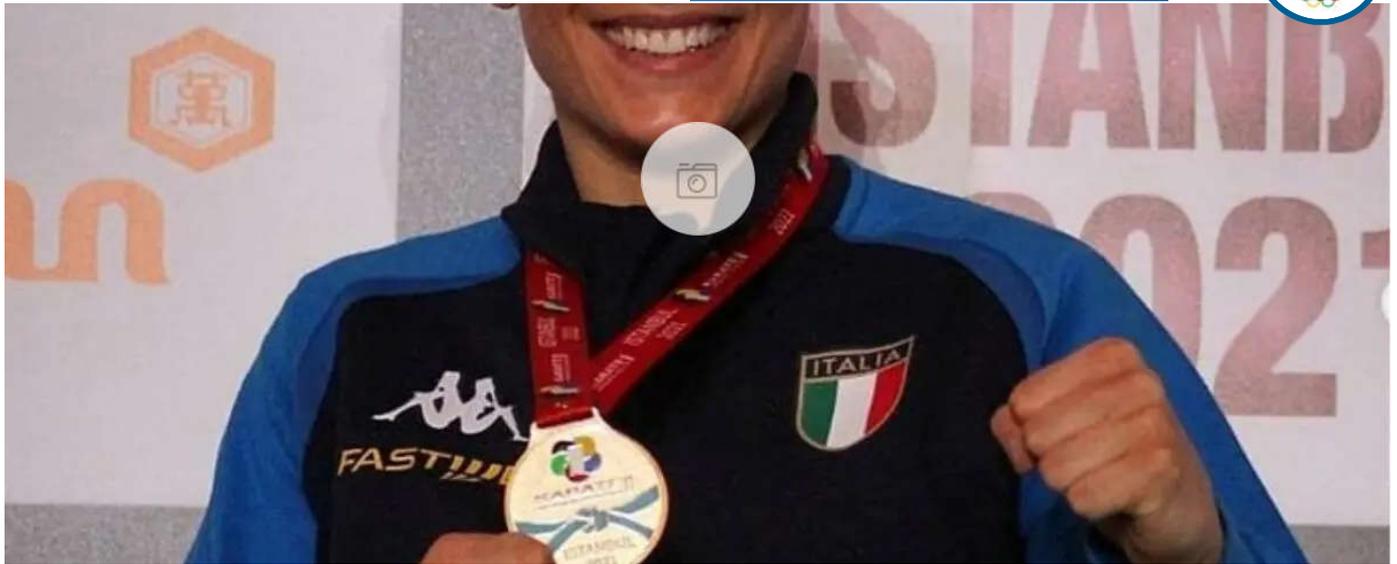


questa grande emozione, come ha spiegato in un'intervista esclusiva realizzata con Solodonna.



**Nuovo
Renau
Arkana**



SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >

L'appuntamento con le **Olimpiadi di Tokyo** si sta avvicinando sempre di più: il 23 luglio gli atleti avranno finalmente la possibilità di gareggiare dopo aver atteso per un anno la manifestazione sportiva più importante. Dopo tanti sacrifici e una lunga attesa, tutto è pronto per le grandi emozioni che solo le **Olimpiadi** sanno regalare.

Solodonna ha intervistato in esclusiva alcune delle **atlete italiane** che partiranno con la squadra azzurra alla volta di Tokyo. Con loro ci sarà anche **Silvia Semeraro, karateka** vincitrice della medaglia d'oro ai Giochi del Mediterraneo nel 2018, che ha conquistato il pass olimpico nella categoria +61 kg. Pochi giorni prima della partenza per Tokyo, ha raccontato in **esclusiva** a Solodonna le sue sensazioni.



Annunci Google

Nascondi annuncio

Perché questo annuncio? ▶



SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Leggi anche: [La casa di carta: chi è Tokyo \(Úrsula Corberó\), carriera e vita privata](#)



> Tokyo 2020 arriva ad un anno di distanza rispetto alla programmazione ufficiale a causa del Covid-19, come hai vissuto questo periodo di attesa e quanto è stato complicato anche ritardare la preparazione dal punto di vista fisico?

> Disputare l'Olimpiade è un sogno ma anche una responsabilità. in quanto si





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



sensazione di dover lottare maggiormente per ottenere i tuoi obiettivi e raggiungere traguardi importanti solo perché sei una donna?

- > Quando eri piccoli seguivi le Olimpiadi? Ricordi un momento che ti ha emozionato particolarmente quando eri solo una spettatrice (una gara, una medaglia, un'atleta)?
- > Ti senti di voler dire qualcosa alle bambine che questa volta ti guarderanno da casa e, magari, vorranno seguire le tue orme?
- > Per la prima volta l'Italia ha scelto due portabandiera, un uomo, Elia Viviani, e una donna, Jessica Rossi: pensi sia un passo avanti decisivo per arrivare alla parità di genere, anche nello sport?
- > Ti va di raccontarci come sarà la tua routine una volta arrivata nel villaggio olimpico che ospiterà tutti gli atleti in vista delle gare?
- > Se dovesse arrivare la tanto sognata medaglia, hai già una dedica speciale da fare?



Annunci Google

Nascondi annuncio

Perché questo annuncio? ▶





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >

Tokyo 2020 arriva ad un anno di distanza rispetto alla programmazione ufficiale a causa del Covid-19, come hai vissuto questo periodo di attesa e quanto è stato complicato anche ritardare la preparazione dal punto di vista fisico?

Sicuramente l'anno del Covid ha compromesso le gare, le routine e gli allenamenti: ho dovuto allenarmi a casa e stare lontana dalla gare, mentre prima ne avevamo una ogni settimana, quindi non è stato facile. Devo dire che, però, ho lavorato molto sulla tecnica e sulla parte fisica. Ora che c'è la possibilità di fare palestra e fare dei ritiri con la nazionale, stiamo migliorando l'aspetto tattico con i vari partner per prepararci al meglio. Il Covid ha influito tanto, senza dubbi, ma mi ha anche fatto lavorare su alcuni aspetti a cui magari prima davo poca importanza.



-25%





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Disputare l'Olimpiade è un sogno ma anche una responsabilità, in quanto si rappresenta il proprio paese nell'evento sportivo principale a livello mondiale: in questo momento prevale in te l'emozione oppure senti anche una certa agitazione?

L'Olimpiade è il sogno più grande per un'atleta, anche se è una responsabilità. Tuttavia, penso di aver superato la parte peggiore: la gara di qualifica che ho fatto a Parigi è stata durissima, eravamo 65 atlete con le categorie accorpate, quindi non è stato per niente semplice. Adesso bisogna stringere i denti per gli allenamenti che stiamo facendo (circa tre al giorno in altura), però poi l'Olimpiade è un giorno a sé. Mi divertirò e cercherò di fare un bel karate. Ora sono emozionata, ma non troppo, perché sto pensando solo ad allenarmi: cerco di fare del mio meglio. Mi sento soddisfatta dopo l'allenamento, anche è normale sentire la stanchezza: ci sono allenamenti dove si piange e si sta male perché siamo nella fase della correzione quindi è normale sbagliare in questo momento. Man mano che si avvicina la gara ci saranno sempre meno errori e cercheremo di farci trovare pronte!





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Potrebbe interessarti: [Silvia Provvedi incinta di 5 mesi: le foto](#)

Quali sono stati i sacrifici più grandi che hai dovuto affrontare per arrivare fino a qui ed essere protagonista di un'Olimpiade?

Penso che i sacrifici li facciano tutti gli atleti, professionisti e non. Per me ci sono stati tanti sacrifici soprattutto prima di entrare nel gruppo sportivo perché le spese le sosteneva la mia famiglia, quindi non era per nulla semplice partecipare ad una gara e perderla, dopo aver pagato trasferta, hotel e viaggio. Devo dire che, però, era anche una motivazione in più. Nonostante i sacrifici, c'era tanta passione. Da piccola mi sono privata di tante cose per raggiungere questi obiettivi: se inseguì una strada devi sapere cosa è giusto e cosa è sbagliato, ed evitare tutto ciò che può distrarti o toglierti del tempo prezioso.





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Nel tuo percorso sportivo ci sono stati dei momenti in cui hai avuto la sensazione di dover lottare maggiormente per ottenere i tuoi obiettivi e raggiungere traguardi importanti solo perché sei una donna?

In realtà il karate è praticato sia da donne che da uomini. Anzi, io mi trovo molto bene ad allenarmi con ragazzi più rapidi di me perché ho stimoli differenti, posso colpire un po' di più... Tra di noi non lo soffriamo, magari per altre ragazze che praticano sport "maschili" ci possono essere dei pregiudizi, ma a noi atlete donne non interessa: ci piace lo sport e lo facciamo con passione!





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Quando eri piccoli seguivi le Olimpiadi? Ricordi un momento che ti ha emozionato particolarmente quando eri solo una spettatrice (una gara, una medaglia, un'atleta)?

Il mio ricordo da brividi è legato a Federica Pellegrini, perché lei ha una gran testa e ottiene sempre ciò che vuole: mi piace molto la sua determinazione e la concentrazione che ha in gara. E' un'atleta che ha vinto tanto e che è stata sempre sul pezzo, la stimo veramente tanto.

Ti senti di voler dire qualcosa alle bambine che questa volta ti guarderanno da casa e, magari, vorranno seguire le tue orme?





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



Io dico sempre che le medaglie prima o poi si appenderanno al muro, per questo voglio essere un esempio per la persona che sono. Voglio trasmettere un bel karate ovviamente, ma vorrei essere ricordata per essere riuscita ad emozionare. Spero che mi seguano e spero di essere un buon esempio per loro, pur ricordando che ogni percorso è diverso, e sul tatami è importante portare la propria personalità.

Per la prima volta l'Italia ha scelto due portabandiera, un uomo, Elia Viviani, e una donna, Jessica Rossi: pensi sia un passo avanti decisivo per arrivare alla parità di genere, anche nello sport?





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



bandiera. Sicuramente è un passo decisivo per la parità di genere, siamo
andando verso un miglioramento e un'apertura mentale che comincia a
vedersi. Poi, spero che l'Italia porterà tante medaglie e che noi atleti
possiamo onorare il tricolore e portarlo quanto più in alto possibile: questo
è l'augurio che faccio a tutti i miei compagni.

**Ti va di raccontarci come sarà la tua routine una volta
arrivata nel villaggio olimpico che ospiterà tutti gli atleti in
vista delle gare?**





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



agosto, poi, raggiungeremo Tokyo, dove il 7 ci sarà la mia gara. Mi da un senso di poter far gioire gli italiani e far fare una bella figura all'Italia.

Se dovesse arrivare la tanto sognata medaglia, hai già una dedica speciale da fare?

Se dovesse arrivare la medaglia che più voglio la dedicherei alla mia famiglia, a mia nipote che è lontana da me, a mia sorella, a mia nonna che non c'è più... E poi sicuramente anche a tutte quelle persone che hanno





SPECIALE SOLODONNA: Segui le Atlete Azzurre alle Olimpiadi di Tokyo >



ua avere la possibilità di fare un altro quadriennio. Lo spero per il futuro ma soprattutto per i ragazzi che hanno il sogno di vivere un'Olimpiade, affinché abbiano la possibilità di affrontare una qualifica olimpica che, anche se è stressante, rimane bellissima perché racchiude quattro anni di sacrifici ed emozioni davvero intense.

Ilaria Bucataio

Laureata in Scienze della comunicazione

Esperta in: TV e Gossip

