

PECHINO 2008 IL BILANCIO

CON LE STELLETTE 31 MEDAGLIE SU 43: DAVANTI LE FIAMME ORO

CIVILI 9 (1-6-2)

Oro
Pallgrini: nuoto
Argento
Di Bù: arco
Filippi: nuoto
Galtarossa: canottaggio
Idem: canoa velocità
Rebellin: ciclismo strada
Sensini: vela
Bronzo
Montano: scherma
Romero: vela

CORPI DELLO STATO 31 (7-9-18)

Aeronautica 7 (1-2-4)

Oro
Tagliariol: scherma
Argento
Gializzo: arco
Nespoli: arco
Bronzo
Carozzo: scherma
Occhuzzi: scherma
Salvatori: scherma
Tagliariol: scherma

Carabinieri 8 (1-0-7)

Oro
Schwazer: atletica
Bronzo
Confalonieri: scherma
Granbassi: scherma (2)
Rota: scherma
Pastore: scherma
Sanzo: scherma
Tarantino: scherma

Fiamme oro 7 (3-2-2)

Polizia di Stato
Oro
Cammarelle: boxe
Minguzzi: lotta greco-romana
Vezzali: fioretto
Argento
Russo: boxe
D'Aniello: tiro a volo
Bronzo
Picardi: boxe
Vezzali: fioretto



Roberto Cammarelle

Fiamme azzurre 2 (0-1-1)

Polizia Penitenziaria
Argento
Pellelo: tiro a volo
Bronzo
Guderzo: ciclismo strada



Esercito 1 (0-1-0)

Argento
Sarmiento: taekwondo



Fiamme gialle 7 (1-3-3)

Guardia di Finanza
Oro
Quintavalle: judo
Argento
Agamennoni: canottaggio
Raineri: canottaggio
Venier: canottaggio
Bronzo
Facchin: canoa velocità
Scaduto: canoa velocità
Rigando: atletica



Forestale 2 (1-0-1)

Oro
Cainero: tiro a volo
Bronzo
Trillini: scherma



Alex Schwazer, 23 anni

Da Schwazer a Minguzzi Quanti ori nelle caserme

Il 72% delle medaglie preso da atleti dei gruppi sportivi di Stato
«Buona sinergia con le federazioni. E ai ragazzi diamo un futuro»

DAL NOSTRO INVIATO
VALERIO PICCINI

PECHINO ● Quasi tre quarti delle medaglie azzurre sono venuti da loro. Pure qualcosa di più: 31 su 43, il 72 per cento. In partenza, gli atleti dei gruppi sportivi militari e di polizia erano poco più della metà dell'Italia di Pechino. D'altronde Fiamme Oro, Carabinieri, Fiamme Gialle, Aeronautica, Forestale, Fiamme Azzurre, Esercito e Marina sono da tempo parte fondamentale del sistema sportivo. Ai 450 milioni di euro con cui lo Stato finanzia il Coni ogni anno, bisogna aggiungere, infatti, le spese per il migliaio e passa di atleti a cui viene assicurato uno stipendio e un po' di futuro.

Vince la Polizia A produrre risultati è anche la concorrenza. Basta guardare il medagliere con un equilibratissimo arrivo in volata. Vinto dalla Polizia con tre medaglie d'oro: Cammarelle, Minguzzi, Vezzali. «Il passo avanti è grande: ad Atene avevamo vinto un oro e due bronzi», esulta il presidente delle Fiamme Oro Francesco Montini. Ma come sono state vissute queste vittorie dai altri poliziotti della strada? «Hanno tifato tutti. Sanno che sono ragazzi che hanno fatto grandi sacrifici per allenarsi. Ed è gente serissima: Cammarelle è uscito dal Villaggio olimpico solo per combattere».

Sinergie Enzo Parrinello, comandante del gruppo delle Fiamme Gialle fa i conti: «Le 31 medaglie su 43? Sono il segnale che le sinergie fra gruppi militari e federazioni funziona-

Otto medaglie per i Carabinieri, ma le Fiamme Oro portano a casa 3 primi posti. «Togliamo aria alle società tradizionali? Il rischio c'è, ma abbiamo anche limiti al reclutamento»

IL 5 SETTEMBRE AL QUIRINALE

Napolitano incontra i medagliati

Il 5 settembre alle 12 il presidente della Repubblica, Giorgio Napolitano, riceverà al Quirinale i 40 azzurri medagliati ai Giochi. Il portabandiera Antonio Rossi

riconegnerà al Capo dello Stato il vessillo italiano con le firme degli stessi medagliati. Presenti il presidente Coni Petrucci e il capo missione Pagnozzi.



Giulia Quintavalle, 25 anni, oro nel judo, categoria 57 kg AEP

no». Condivide il maggiore Alessandro Lojudice, suo omologo all'Aeronautica: «Il legislatore ci ha assegnato un compito e noi cerchiamo di esercitarlo nel modo migliore». Ma se i militari si prendono tutto l'alto livello, le società non rischiano l'asfissia? «Ho ascoltato lo sfogo di un presidente di una società di scherma — ci racconta il maggiore Paolo Dembech dei Carabinieri —. Il rischio c'è, ma ci sono dei limiti al reclutamento. Poi è chiaro che attira la possibilità di assicurare un "dopo" agli atleti».

Vival Insomma, trovare il modo

di non rubare tutto lo spazio alle altre società sportive. E magari partire prima, per esempio aprire i propri spazi alle scuole, fare promozione allo sport. «E' un impegno necessario, ma bisogna anche che il nostro lavoro sia valorizzato». Visibilità, dunque. «Che c'è. Ma più ce n'è e più possiamo andare avanti. Insomma, va ricordato ogni tanto che Cammarelle è un poliziotto», risponde Montini. «Abbiamo un accordo con la Fedepallavolo per un raduno permanente delle migliori Under 18 a Vigna di Valle», aggiunge Lojudice.

Sistema Anche quelli che hanno vinto meno hanno comunque i loro successi da festeggiare. La Cainero è un altro dei prodotti della grande tradizione della Forestale nel tiro a volo. Che anche alle Fiamme Azzurre ha portato una medaglia con Pellelo. Mauro Sarmiento, l'argent del taekwondo, vive con la fidanzata, Veronica Calabrese, all'Acqua Acetosa, nel centro Coni, ma i due possono approfittare anche della struttura della Cecchignola, una delle case dell'Esercito. Un sistema integrato che al vertice funziona. Quello che succede prima è invece un'altra storia...

L'oro di Pechino - 1



SCHIVO Andrea Minguzzi, 26 anni, imolese

Minguzzi: «Basta foto non ci sono abituato»

● La sua vita non è cambiata di un millimetro, esclusa la pressione dei giornalisti, che sopporta con malcelato fastidio. Andrea Minguzzi non diventerà mai un personaggio, è proprio lui a non volerlo. Due settimane fa vinceva l'oro olimpico nella lotta grecoromana, è uscito dalla routine per poche ore. «La prossima settimana - racconta - finalmente vado in vacanza: in Spagna, fra Barcellona e le Canarie, con un amico. Sono stressato, non sono abituato a essere sotto i riflettori, tra fotografie e interviste televisive. È successo tutto in una volta, non ho ancora avuto il tempo di rilassarmi».

Magari l'oro olimpico le porterà una fidanzata?

«In effetti sono single, storie serie ne ho avute poche. Potrebbe capitare, anche con un'atleta, però non mi piace parlare della mia vita privata».

Restiamo a quella pubblica, lei è un romagnolo che vive nel Lazio.

«Sono nato e ho ancora la famiglia a Imola. Mia madre Coestina è casalinga, papà ha una ferramenta. Sono poliziotto (stipendio da 1300 euro, ndr), da quattro anni sono nelle Fiamme Oro, in licenza, con la squadra sportiva. Il mio lavoro è proprio la lotta, fra il Flaminio e il centro olimpico federale di Ostia. Il calcio? Piacerebbe anche a me essere miliardario, come i campioni, però se poi non posso più vivere perché tutti mi stanno addosso è meglio di no».

Ha appena 26 anni, anagraficamente può imitare Vincenzo Maenza, che conquistò tre medaglie (due ori) in tre Olimpiadi.

«A Londra 2012 ci sarò di sicuro, 4 anni dopo si vedrà, bisogna vedere se rimango in vita... Vincenzino è stato mio allenatore, a Faenza, e fra i primi a compli-

mentarsi. Ho sempre ammirato Pino Maddaloni, il campione di judo di Sydney, anche se di un'altra disciplina».

Quell'armeno naturalizzato svedese, Ara Abrahamian, ha rifiutato la medaglia per protesta, il Tas però gli ha dato ragione.

«Tutti i giudici l'hanno punito per una scorrettezza nella presa, a norma di regolamento ci sta, a volte non viene vista. Avrebbe dovuto prenderla con maggiore sportività».

La sua storia somiglia a quella di Igor Cassina: oro all'Olimpiade senza avere mai vinto grandi competizioni internazionali. Il ginnasta neanche dopo, per la verità.

«Non ho avuto il tempo di pensarci. È stata faticosissima la preparazione, era la mia seconda Olimpiade, in Grecia uscii al primo combattimento. Stavolta sono stato meticoloso, so che confermare al vertice è difficilissimo, proprio Maenza e Valentina Vezzali dimostrano che è possibile».

Aldo Montano dopo il titolo di Atene è diventato un personaggio tv, con fidanzate importanti.

«Amo il mio sport e basta. Non sono uno da palcoscenico, voglio restare nell'anonimato. Eventualmente andrei in televisione solo per fare propaganda alla mia disciplina. Il buffone non è il mio mestiere, preferisco allenarmi: tutti i giorni escluso la domenica; alle 7, alle 10,30 e alle 17. Il problema è anche trovare gli sparring partner, abitualmente mi confronto con 1-2 ragazzi, semò andiamo all'estero. Sto già programmando la prossima stagione: magari salto Europei, dove ho già vinto due bronzi, forse faccio i Giochi del Mediterraneo, a Pescara, e poi punto molto sul Mondiale».



«Io, che ho battuto un olimpionico prima che diventasse famoso»

● D'accordo, i campioni olimpici non si discutono. Per 4 anni almeno sono sovrani incontrastati della propria specialità. Però anch'essi sono battibili, o almeno lo sono stati, magari in gioventù. E allora ai vecchi rivali il

**Davide Molignoni:
 «Quella volta che
 schienai Minguzzi
 in due minuti»**

titolo di Pechino può fare l'effetto di una beffa. C'è un solo italiano che abbia superato Roberto Garimalla, il napoletano Giacchino Mocerino, per 5 volte tricolore: «L'anno scorso - dice l'oro di Pechino - ci siamo rivisti ad Assisi dopo che avevo vinto il mondiale. E ovviamente si è vanato di avermi sconfitto». Adesso può anche bullarsi di avere sconfitto il dilettante re del pugilato mondiale: Mocerino era stato bronzo nei massimi leggeri agli Europei del '96, fu il metalmeccanico in periferia di Napoli, sul ring ritorna soltanto per tonersi in forma.

Diana Bacosi dal canto suo se pensa all'oro di Chiara Cainero per la rabbia potrebbe gumbizzarla. Senese di Cetona, 25 anni, non è andata all'Olimpiade perché nello skeet del tiro a volo partecipa un'unica concorrente per nazione. In

carriera ha messo dietro la friulana in un buon 40% dei confronti, oppure è già rassegnata a saltare anche Londra 2012. «Quand'anche - confessa - riuscissi a

guadagnarmi sul poligono la carta olimpica per l'Inghilterra, l'ultima parola spetterebbe al ci. Con quale coraggio potrebbe lasciare a casa la campionessa in carica?». Discorso che non fa una piega, in effetti. «Chiara ha compiuto un percorso stupendo, nel tiro, da quando aveva 13 anni. Io ho iniziato tardi, a 19-20, in 5 stagioni sono riuscita a di-

ventare riserva olimpica. In Coppa del Mondo ho avuto la soddisfazione di battere varie campionesse». Nel 2008, su 4 prove, in due (Germania e nella preolimpica di Pechino) Bacosi è arrivata davanti a Cainero. «Lei però l'anno precedente si era guadagnata la carta olimpica con il secondo posto mondiale. Potessero almeno andare due atlete per nazione...

Ai Mondiali e agli Europei, fortunatamente, siamo in tre italiane». Diana continuerà a sprizzare con passione, nonostante la strada sbarrata dalla sorprendente friulana. «Dovrei allenarmi quanto lei, disporre di un campo da tiro ad hoc. Peraltro ogni vul-

ta che gareggio lo faccio con il piattello, mai contro Chiara o altro. Mi resta la consolazione di averla preceduta spesso, negli ultimi tre anni, comprendendo anche gare minori».

A Faenza vive Davide Molignoni, 29 anni, che ha lasciato la gre-

coromana nel 2007, a causa di un infortunio ai legamenti del ginocchio. Nel '98 fu secondo ai campionati italiani, l'anno prima sconfisse Minguzzi. «Accudito - confessa - in circostanze molto particolari. Intanto sono tre anni più vecchio di Andrea, che all'epoca ne aveva solo 15, io 18. Evidente che a quella età la differenza si fa sentire, però lui come peso era già superiore: facevamo entrambi i 60 chili, dovette perderne 3-4 nella nutrizione, per rientrare nei limiti». Era un campionato interregionale, a Magreta, in provincia di Modena. «Gli sferrai un colpo che mi valse 3-4 punti, dopo appena 2' riuscii a schienarlo. Allora si combattevano due riprese da 5' ciascuna, adesso i round sono 3 e vince chi

se ne aggiudica due». Minguzzi e Molignoni si incontrarono anche nel '99, a Faenza, nella categoria 66 chili. «Quella volta mi batté, anche se era arrivato a pesarne 75 e dovette calare tanto. Tuttora non mi spiego come avessi fatto a superarlo, perché fin da bambino, a solo 8-9 anni,

**Diana Bacosi è la
 unica rivale della
 Cainero: «Londra?
 Tanto ci va lei...»**



si vedeva che Andrea aveva una marcia in più. Ci si conosce tutti, in ambito nazionale, già da ragazzini, si capiva che era un fenomeno. Perciò quella volta mi ero tenuto il foglietto degli arbitri, assieme alla coppa. "Giurda, gli dissi, che quando vincerai farò vedere a tutti di essere stato capace di metterti al tappeto". Sono stato buon profeta».

Minguzzi è diventato campione olimpico senza aver mai fatto contro a Europei o Mondiali. «A parte Manzana, che era un fuoriclasse, o pochi altri, è difficile vincere spesso, nella lotta. Si decide tutto in un attimo, nessuno è molto più forte del rivale, dipende dalla giornata, dalle condizioni fisiche, dal calo ponderale. Onestamente non mi aspettavo che avrebbe proprio vinto l'Olimpiade. Ero in ferie all'isola di Maddalena, con gli amici ci siamo svegliati apposta per seguirlo. Quando ha superato lo svedese, la sua bestia nera, ho capito che ce l'avrebbe fatto». Ed ha gioito come se avesse vinto.

Una grande vittoria valorizza la propria carriera sportiva ma c'è chi può trarne beneficio in altro modo. E questa l'idea di fondo che ha animato l'articolo uscito martedì nell'edizione online del quotidiano inglese *The Independent*: trovare chi, in un passato anche lontano, sia riuscito a fregiarsi della vittoria sull'amico o rivale poi diventato un campione inglese mesi o anni dopo. E così scopriamo che Stacy Washington, infermiera, ha battuto sedici anni fa Kelly Holmes, poi due volte oro e una volta bronzo nell'atletica leggera. Oggi Stacy può dire, forse forzando il concetto: «Hanno chiesto milioni di volte perché Kelly abbia iniziato a gareggiare e lei ha sempre detto che lo faceva per battemmi». In questa ricerca può anche accadere di trovare un analista che riesce nell'impresa di sconfiggere Phillips Idowu che proprio a Pechino ha conquistato la prima medaglia d'argento nel salto triplo: è il caso di James Paacock che all'età di 18 anni ha fatto qualcosa che è diventato importante solo dodici anni dopo. E ancora la casalinga Michelle Dollard: ora è indaffarata a rifare i letti, ma vuoi mettere poter dire che ha vinto una gara giovanile dove Paula Radcliffe (campionessa del mondo di maratona nel 2005) è arrivata 299? E allora, riprendendo lo spunto dell'*Independent*, ecco qualche esempio di alcuni nostri eroi pechinesi. E di chi li ha battuti.

sport

Il grande ritorno delle arti marziali



"Prima devi lavare tutte le macchine. Poi le lucidi con la cera. Dai la cera, togli la cera. Ispira col naso, espira dalla bocca. Ricorda respiro, molto importante. Dai la cera, togli la cera". Tutti coloro che hanno più di vent'anni non possono non ricordare questa famosa scena del mitico film del 1984 *Karate Kid - Per vincere domani*, il primo di una serie di quattro episodi che hanno reso il karate uno degli sport preferiti dai ragazzini di tutta Italia.

Oggi, a quasi 25 anni di distanza, il ritorno sugli schermi delle arti marziali non è dovuto al successo di una pellicola ma alle grandiose imprese olimpiche di due grandi campioni: **Giulia Quintavalle** e **Andrea Minguzzi**.

Due ori, nel judo per lei e nella lotta per lui, che non hanno bisogno di cera per brillare. Due giovani atleti in comune una presa di ferro e tanta voglia di vincere. Perché quando sali sul tatami davanti a te c'è solo l'avversario e non senti più nulla, neanche la fatica e il dolore. Ma allora perché combattere piace così tanto? Ce lo spiega **Matteo Pellicone**, presidente della **Fijikam** (Federazione italiana judo lotta karate arti marziali).

Ci sa dire quanti sono gli appassionati di judo e lotta in

Italia?

I tesserati nel judo sono circa 55mila, mentre quelli della lotta sono molti meno, attorno ai 6mila.

A questi però si devono aggiungere tutti coloro che praticano i due sport a livello amatoriale e si allenano senza partecipare alle competizioni. Non è azzardato quindi pensare che in totale siano il doppio. La nostra Federazione, che oltre al judo e alla lotta comprende anche il karate e le arti marziali, conta 124mila iscritti.

A livello locale, invece, ci sono differenze?

Il judo è praticato omogeneamente in tutta Italia anche se le società più forti sono nelle grandi città, quindi a Roma, Milano, Torino e Napoli. La lotta invece ha una tradizione consolidata in Sicilia, Campania, Puglia e Emilia Romagna. Fidenza, in particolare, ha un ruolo molto importante.

Sono di più gli uomini o le donne?

Nel judo le donne sono circa un terzo del totale, mentre nella lotta sono circa il 20%. Il 24% dei nostri tesserati sono donne.

Non sarà che le donne sono un po' intimorite da questi sport "maschili" e percepiti come "violenti"?

No, anzi. Sempre più donne sono attratte dalle arti marziali. Abbiamo creato un metodo di autodifesa, nato da un mix di esercizi presi dalle varie discipline, che ha avuto un enorme successo. Con la collaborazione del **Comune di Milano** sono stati organizzati i corsi di **Cintura Rosa**, tenuti da ottimi istruttori, tra cui la campionessa **Cristina Fiorentini**, che s'insegnano alle donne a reagire in caso di aggressione: le richieste d'adesione sono state tantissime. Tra l'altro, le ragazze solitamente praticano questi sport con grande impegno: durante gli allenamenti sono le più serie e determinate.

sport

Il fascino del tatami



Si ha la percezione che le arti marziali non riescano ad affermarsi come altri sport. Come mai?

È una percezione sbagliata dovuta al fatto che nel nostro Paese sembra esistere solo il calcio. Uno studio pubblicato dal *Sole 24 Ore* ha però rilevato che i praticanti di arti marziali nel complesso sono 640 mila e che sono molto amate soprattutto tra i giovanissimi: i bambini che praticano judo e karate sono tantissimi.

Perché si dovrebbero praticare le arti marziali?

I vantaggi nella pratica di questi sport sono molti. In primo luogo, essendo attività individuali accrescono l'autodeterminazione e il coraggio, poiché ci si trova davanti a un avversario e si deve prendere una decisione da soli. Aumentano anche la capacità di autocontrollo perché non si deve ferire l'avversario né se stessi. Il sacrificio richiesto, come in tutti gli sport, è notevole, oltretutto perché judo e lotta sono divisi per categorie di peso e bisogna quindi stare attenti anche alla dieta. Nelle arti marziali, più che in altri sport, è inoltre determinante il rispetto delle regole e della gerarchia delle cinture: sono discipline che servono moltissimo alla formazione dei ragazzi che li praticano.

A chi sono adatte le arti marziali?

A tutti. **Giulia Quintavalle**, con la sua figura longilinea, è l'esempio perfetto per dimostrare che non serve un fisico tarchiato per dedicarsi a judo e lotta o abbiamo persino una sessione per i disabili. A Roma, per esempio, è stato organizzato il Campionato Mondiale per non vedenti mentre a Cremona c'è un centro in cui si allenano disabili mentali: è incredibile vedere la determinazione che ci mettono.

Ci si può avvicinare alle arti marziali anche da adulti? Certo. Si può cominciare a qualsiasi età. Organizziamo **Campionati di Master** per sportivi fino ai sessant'anni. Le gare di **katà**, per esempio, sono adatte a tutti perché sono combattimenti solo figurativi.

Sono sport costosi?

Affatto. Le quote mensili si aggirano di solito attorno ai 50 euro. La palestra, poi, diventa un ottimo punto d'incontro per socializzare.

Lo strip d'oro di Miss Giulia

La judoka Quintavalle a Salsomaggiore: «Sono fissata con l'abbigliamento»

DAL NOSTRO INVIATO
FRANCESCO VELLUZZI

SALSOMAGGIORE (Parma) ● Giulia Quintavalle, cosa è cambiato dall'11 agosto, giorno in cui ha vinto l'oro olimpico nel judo? «È cambiato tutto. Mi riconoscono, mi fermano, mi cercano. Ho partecipato a Miss Muretto, alla Regata Storica di Venezia, stupendo in gondola, a Miss Italia, ho fatto servizi fotografici e interviste, sono stata ricevuta dal presidente della Repubblica e del Consiglio. E ho speso così le mie vacanze, perché da domani riprendo ad allenarmi».

A Giulia Quintavalle il successo non ha montato la testa, ma ha cambiato un po' la vita. Si è capito sul palco del PalaCotto-

nella a Miss Italia quando nello sketch dedicato allo sport si è tolta il judogi e ha improvvisato un mini spogliarello mostrandosi con un abito sexy ed elegante. Ora parla parla con un po' più di scioltezza, ma soprattutto eccede nella cura del particolare: ha una borsa di Louis Vuitton e le scarpe, fucsia ben abbinata alla camicia. «Alt: io sono fissata con l'abbigliamento, con lo shopping, con gli outlet. E abbinò tutto. Non ho approfittato della vittoria per comprarmi quel che mi piaceva. Quando volevo una cosa la prendevo, anche le scarpe coi tacchi che apprezzo, sono spendacciona».

Quale stilista le piace di più?
«Armani, impeccabile, sono una 42, a volte entro nella 40».

È venuta ospite a Miss Italia: come deve essere la miss?

«Bellezza mediterranea, la mia miss preferita è la siciliana Francesca Chillemi. Poi viene Denny Mendez. Il concorso

l'ho seguito e sono felice della chiamata di Carlo Conti».

Lei si sente bella e se adesso iniziano a «marcarla stretta»?

«Non sta a me giudicare, sono timida e riservata, ma porto sempre il sorriso e con chi conosco bene mi scatenò. Per esempio con la mia amica Antonia Cuomo (a Salso con lei ndr), a cui ho dedicato il gesto della vittoria a Pechino, glielo avevo promesso. I corteggiatori? Sono fidanzata e innamorata, non cado in tentazioni».

Domani riprende a lavorare. Contenta?

«Sì, da noi si lavora in armonia, devo preparare il trofeo Jigoro Kano a novembre in Giappone, poi Mondiali ed Europei. Ho fatto belle cose, ma resto una sportiva, pazza dell'atletica, di Fabrizio Mori e Jury Chechi. E un po' della Juve: ho ereditato la passione di papà e nonno che aveva tutti gli Hurra e io adoravo Ferrara e Del Piero».

LO SHOW IN TV



1 Giulia Quintavalle, 25 anni, di Rosignano Solvay (Livorno), ha sfilato in judogi con le aspiranti miss Italia a Salsomaggiore. **2** L'olimpionica del judo si toglie il judogi... **3** Al termine dello «spogliarello» rimane con un sexy mini abito di Sasch, insieme a Carlo Conti, il presentatore dello show, per riapparire con la divisa della Guardia di Finanza. Tutta la sequenza su gazzetta.it. FOTO GMT

11 SET 2008



**Quintavalle
a Miss Italia:
mentre
ci imbroglia**

Giulia Quintavalle, oro olimpico nel judo, martedì è stata ospite della prima serata di Miss Italia. Prima ha messo a terra Carlo Conti, poi ha tolto il judogi e non ha certo sfigurato.

CO RR.

SPORT



Prezzi, benefici, consigli
cosa c'è oltre al calcio

I campioni scelgono lo sport per tuo figlio



Basket

POZZECCO
«Alti o bassi
fa bene a tutti»



Pallavolo

LUCCHETTA
«Ti insegna
a fare gruppo»



Nuoto

FIORAVANTI
«In piscina
batti la paura»



Tennis

PANATTA
«Fa ragionare
aiuta a capire»



Atletica

SIMEONI
«Non sarai mai
una riserva»



Rugby

LO CICERO
«Forgia il fisico
e il carattere»



Ginnastica

CASSINA
«Impossibile
annoiarsi»



Judo

QUINTAVALLE
«Impari
a non mollare»

DE SANCTIS e FAVA ■ alle pagine 26 e 27

Judo

GIULIA QUINTAVALLE
«Insegna il rispetto
dell'avversario e
a non mollare mai»



«**C**i sono diversi motivi per i quali consiglio ai ragazzi di praticare il judo. Come tutte le discipline orientali, si porta dietro una filosofia che educa a rispettare gli avversari sul tatami e di conseguenza anche le persone nella vita. E oltretutto è uno sport di contatto fisico ma non violento, che insegna a difendersi. Aiuta i bambini a crescere, in tutti i sensi. E' una disciplina completa che sollecita e rafforza tutto il fisico. E lo stesso discorso vale per l'aspetto mentale: spinge a sopportare il dolore, oltre che la fatica (nella finale olimpica ha risentito di un colpo

al gomito - ndr), e quindi insegna a non mollare mai. Per quanto riguarda chi pratica già l'agonismo o voglia praticarlo dopo la fase di apprendimento, consiglio invece di vivere le gare con serenità, senza fissazioni particolari. Credo che sia il modo giusto per calarsi nella competizione e magari riuscire a ottenere anche risultati importanti: io ho sempre fatto così...».

Giulia Quintavalle, oro nella categoria 57 kg all'Olimpiade di Pechino 2008 (prima italiana campionessa olimpica nel judo) e vincitrice del titolo italiano nel 2004 e nel 2005.

Quanto costa

Vestire un judoka, specie all'inizio, costa davvero poco: 20 euro per un judogi, ovvero la divisa, e 5-10 euro per un paio di ciabatte da usare fuori dal tatami. Più in là, dedicandosi all'agonismo, la spesa del judogi può arrivare a un centinaio di euro per i modelli più pesanti e resistenti, magari di marchi più noti. I corsi di avviamento a questo sport (3-4 ore settimanali, in 2 o 3 lezioni) costano da 30 a 50 euro mensili, ma nelle palestre polifunzionali, più di... vetrina, possono arrivare a 60-70: il maestro Dino Iorio raccomanda le palestre tradizionali («Hanno i tecnici più preparati»). I gruppi di allenamento vanno per fasce di età (5-8 anni, 9-12, 13-16) e successivamente per livello tecnico. Anche qui i Comitati Regionali sono riferimento prezioso.

PARLA IL MEDICO

«Fa conoscere se stessi»

«**S**i può iniziare col judo a 5-6 anni: all'inizio è come un gioco, quasi una lotta come quella dei cuccioli tra gli animali, per la disciplina e il rispetto dell'avversario è uno sport molto indicato per i bambini particolarmente vivaci. Da principio è sufficiente una visita medica generale, quella per l'idoneità sportiva ci sarà intorno ai 13 anni. Il judo dà una preparazione fisica completa, sollecita infatti braccia, gambe e schiena, e contribuisce alla conoscenza e al miglioramento delle proprie caratteristiche mentali, più che fisiche».

Marco Petrucci, componente della Commissione Medica della Fijlkam.

PREMIATE LE MEDAGLIE JUVENTINE



TORINO. Parata di medaglie prima del match (Pegaso)

Alex, Mike e gli eroi di Pechino

TORINO. Oro è il filo conduttore. Le maglie e le medaglie per un prepartita di prestigio, nel quale sfilano gli olimpionici bianconeri raccogliendo altri applausi, un mese dopo Pechino in uno stadio che di Olimpiadi se ne intende. Il tutto con la benedizione di Alessandro **Del Piero** e Mike **Bongiorno**, juventino doc che, a proposito di stadi, ricorda la sua prima partita nel glorioso campo di Corso Marsiglia: «Erano gli Anni 30 e c'era la Juventus di

Combi, Rosetta, Caligaris, Monti e Orsi che suonava il violino prima di ogni partita...», poi rivolto a Del Piero: «Mi raccomando lo Zenit. Sono appena ritornato da San Pietroburgo e sono tosti». Poi sono applausi e maglia (quella oro) in omaggio per Diego **Confalonieri** (bronzo nella spada a squadre), Elisa **Rigaud** (bronzo nella 20 km di marcia), Giovanna **Trillini** (bronzo nel fioretto a squadre) e Giulia **Quintavalle** (oro nel judo). **G.V.A.**

OLIMPIADI INTERVISTA ALL'ORO DEL JUDO

Quintavalle

«Che strano, mi fermano per strada»

Giulia è ormai una star, si allena di nuovo e rivela: «Ora una sfilata di moda»

Giulia Quintavalle, 25 anni, vive a Rosignano Solvay (Livorno) TEDESCHI



GENNARO BOZZA

ROMA ● Non provate a registrare un'intervista a Giulia Quintavalle, non riuscite a risentire neanche una parola. Perché parla con un filo di voce, un misto di timidezza ed educazione che contrastano con la forza e il carattere sprigionati sul tatami, il tappeto sul quale ha conquistato l'oro olimpico. Nel Centro sportivo della Guardia di Finanza, dopo un mese di sosta fra riposo (poco), feste, manifestazioni, Giulia è tornata a lavorare duro. Come dice lei stessa, «Ho vinto solo un oro olimpico, anche se è il

successo più importante, ci sono tanti altri titoli da conquistare».

Già, «solo» un oro olimpico, che le ha cambiato la vita in qualche modo?

«L'unica differenza è che la gente mi riconosce, mi ferma per strada. Molti genitori mi chiedono consigli per indirizzare i loro bambini al judo. Sono contenta, spero di essere servita a dare un'immagine a uno sport non tanto conosciuto. Però, per me è sempre una sorpresa essere riconosciuta, perché sono una persona normale, non mi metto mai in mostra».

Tranne quando è andata al concorso di Miss Italia e ha sbalordito tutti. In kimono, ha atterrito il presentatore Carlo Conti.

«Avevamo provato una sola volta. Lui è stato bravo». E poi si è tolta il kimono ed è apparsa elegante e bella (persino più di tantissime concorrenti) con un vestito che l'ha valorizzata. L'idea è stata del suo allenatore e d.t. della nazionale, Felice Mariani, prima medaglia olimpica azzurra nel judo. «Ho pensato subito che fosse una bella idea. Così, potevo mostrare un lato più femminile».



Molti genitori mi chiedono consigli per indirizzare i loro bambini al judo. Sono contenta e piacevolmente sorpresa.

Che può far considerare il judo in modo diverso?

«Molti genitori mi hanno detto che non hanno più paura di farlo praticare alle figlie, perché il loro corpo non verrà deformato dall'attività sportiva».

**ha detto
CAMBIAMENTO**

Il successo è stato tale che è arrivato l'invito per una sfilata di moda.

«Non posso ancora dirlo, sarà una bella sorpresa, la prossima settimana».

(Potrebbe essere la sfilata di Laura Biagiotti, il 25, al Piccolo Teatro di Milano, ndr)

Qual è stato il complimento più bello?

«Quello di Jan Snijders, il capo della Commissione europea degli arbitri: mi ha detto che sono stata fantastica».

E l'episodio più curioso dopo il ritorno in Italia?

«Ero a Venezia, per la Regata storica, con tecnici e dirigenti. Avevamo bevuto qualcosa in un bar, il proprietario mi ha riconosciuto: "Ci mancherebbe altro, offro io"».

E Mariani interviene per scherzare: «Giulia è un disegno in bianco».

Ma non è finita, vero?

«Sempre a Venezia, eravamo a cena in un ristorante, alcuni turisti giapponesi mi hanno riconosciuto e mi hanno invitata al loro tavolo, mi hanno fatto tanti complimenti».

Prossima gara?

«Sono stata invitata al Trofeo "Jigoro Kano", a dicembre in Giappone, il più importante del mondo. Deciderò insieme ai tecnici».

Già si immagina nella prossima gara?

«No. Ognuna è una storia a sé. Mi alleno per combattere e vincere, ma accetterò le sconfitte. L'oro olimpico non mi ha cambiata, sono la stessa persona normale di prima».



CHE MESE

Dall'oro allo «strip» di Miss Italia



PECHINO

Il trionfo

Finale categoria 57 kg: Giulia sconfigge l'olandese Gravenstijn ed è medaglia d'oro



SALSOMAGGIORE

Lo «spogliarello»

Giulia, ospite di Miss Italia, è protagonista di uno strip. Arriva in judogi resta in sexy mini abito



ROMA

Il ritorno sul tatami

Al centro sportivo delle «Fiamme Gialle», a Roma, la judoka azzurra ha ricominciato ad allenarsi