

## LA BELLA ESTATE DELL'ATHLION

*Un'estate da ricordare per la nostra società e soprattutto per Sara Bertoli che ha conquistato all'ora in tutte le gare a cui ha partecipato. Agli Europei di Roma è settima nell'individuale, conquista l'oro a squadre e trascina le compagne al successo nella staffetta, nel meeting Inglese di Millfield è seconda dietro alla Cafiero, ma il risultato più importante lo ottiene al Mondiale Junior nella Rep. Ceca dove solo una fortissima Corsini le impedisce di laurearsi Campionessa del Mondo. L'argento rappresenta comunque il premio più bello per i numerosi sacrifici. Non dimentichiamo però tutti gli altri nostri ragazzi, protagonisti nelle varie nazionali. Da Alice Bertoli a Sabrina Cesari, da Raffaello Salvini a Gabriele Vescio e Anna Germano. Ognuno di loro ha contribuito a dare ancora maggior lustro a tutta l'Athlion Roma.*

### SULLA RIBALTA

#### Barcellona, che emozione !! di Marco Terrenato

Barcellona - Tra le numerose e bellissime immagini del viaggio a Barcellona che sono più vive nella mia memoria c'è una in particolare che ricordo con maggior piacere. Un mondiale è sicuramente la gara più importante per un atleta e quindi tutte le prove che la caratterizzano possono far nascere le stesse sensazioni: paura e gioia che si fondono a tal punto da creare quella perfetta miscela che porta a dare il massimo nella propria prestazione. Però, anche se vissuta semplicemente da spettatore, ma con un'anima di pentatleta, penso di poter affermare che la corsa, ultimo evento della competizione, è quella che ha suscitato in tutti quanti le emozioni più forti ed intense. Corriere in una atmosfera così speciale, in un posto tanto particolare come il porto di Barcellona, con alle spalle i bellissimi palazzi della città e di fronte i due grattacieli del villaggio Olimpico, ma soprattutto con tutte quelle persone, provenienti da ogni parte del Mondo che, schierate lungo il percorso, incitavano a gran voce, in ogni lingua, i propri ragazzi, non può non essere considerato il momento più bello di tutta la gara. E mentre ero lì anch'io ad incitare i "nostri" ragazzi e li vedevo passare davanti a me, ho visto negli occhi di Raffaello, Gabriele e Anna la voglia di dimostrare di essere così forti da combattere e vincere l'incredibile emozione di trovarsi al centro dell'attenzione di tutti, di essere i veri protagonisti di quei pochi minuti, in quei tremila metri che possono portare alla gloria. Una gloria che non sempre vuol dire conquistare una medaglia e per questo loro sono stati grandi lo stesso. Complimenti !!

### IL PICCOLO SOGNO DI ALICE E SABRINA

**Ai Mondiali Juniores nella Repubblica Ceca le nostre due atlete si sono trovate improvvisamente a gareggiare con ragazze più grandi ed esperte di loro.**

U.N.L.- E' stata davvero una bella avventura, di quelle che non si dimenticano facilmente, di quelle che non capitano a tutti. Per Alice e Sabrina la partecipazione ai Mondiali Juniores è stato l'apice di una stagione che le ha viste finalmente protagoniste. Alice, dopo il bellissimo quinto posto negli Europei Youth B, si è ritrovata due categorie avanti alla sua e l'inesperienza, soprattutto nella scherma e nel tiro, le ha impedito di qualificarsi per la finale. Per Sabrina, invece, l'eliminazione per una sola posizione è frutto semplicemente della sfortuna, visto che già nel meeting internazionale in Inghilterra aveva dimostrato di poter competere con atlete più grandi ed esperte di lei. In ogni caso crediamo sia solo l'inizio di una brillante carriera.

### GABRIELE CHE BELLA CORSA, MA IL NUOTO. . . .

Barcellona - Qualche mese fa lo aveva detto, il posto in nazionale lo sentiva già suo agli Europei di Lisbona, ma aveva bisogno di dimostrare il proprio valore. I test durante il collegiale non potevano garantire una prestazione di un certo livello, per fortuna i tecnici della nazionale (VARI n.d.r.) gli hanno dato finalmente quella possibilità che aspettava da tanto tempo. Almeno un anno passato prima con il problema al bacino, poi con la forte distorsione alla caviglia. Adesso finalmente Barcellona e un Mondiale dove giocare tutte le proprie chance per non tradire la fiducia degli allenatori. E Gabriele non ha deluso, ha vinto la scherma (1018), è migliorato nel tiro (169), ha corso davvero forte, 10'06", ben 30 secondi sotto il suo personale. Un unico neo, il nuoto, dove il tempo realizzato, 2'24", non corrisponde ancora alle sue enormi possibilità. Peccato, perché altrimenti la sua gara sarebbe stata praticamente perfetta e la classifica più alta del 24° posto finale. In ogni caso ora c'è la consapevolezza di poter pensare in grande visto che la malasorte sembra avergli definitivamente voltato le spalle. Per Raffaello invece la delusione è venuta soprattutto dalla scherma dove la sua azione un po' troppo "rigida" gli ha impedito di ottenere quei punti necessari per poter sperare in un piazzamento nei primi dieci. Anna, infine, si è confermata sui suoi standard abituali; Scherma e Nuoto sufficienti, buon tiro e una discreta corsa, ma la grinta dov'era?

### 10 domande a . . . SARA BERTOLI

**In questa tua favolosa estate qual'è il momento che ricordi più volentieri?**

*Le vacanze !!*

**Qual'è la medaglia più bella?**

*Quella del Mondiale perché la medaglia individuale è solo tua (sono un po' egoista ma è la verità)*

**Hai dovuto fare tanti sacrifici per prepararti nel migliore dei modi?**

*No (per fortuna !!)*

**A chi dedichi maggiormente i tuoi successi?**

*A me (perché sono io che fatico), a mamma perché si fa in due per me, a papà perché non mi si fila per niente (o quasi) e anche a Sergio, Ale e Massimo mi allenano e mi sopportano!*

**C'è un atleta attuale che ammiri particolarmente?**

*No, nessuno in particolare*

**Come ti rilassi per scaricare lo stress?**

*Ascolto la musica*

**Il più grande rimpianto?**

*Non aver avuto Alice in staffetta ai Mondiali (almeno correva forte !)*

**C'è un oggetto che porti sempre con te?**

*L'orologio, non riesco a farne a meno*

**Sei superstiziosa?**

*No, però sono metodica, cerco di fare sempre le stesse cose, specialmente in gara.*

**Cosa ti aspetti dalla prossima stagione?**

*Fare più gare internazionali, migliorare a scherma, divertirmi e i risultati verranno!*

## PENTATHLON MERCATO

Acquisti :	Cessioni :
A. Cesari (Pegaso)	E. e A. Berti (fine carriera)
Caldarone (Santo Domingo, fine prestito)	Per il resto la società attua una politica di infoltimento della propria "rosa", per questo non viene ceduto nessuno (si stà troppo bene !)
V. Bonferraro (Kronos)	
A. Macioce (Aniene)	
Ambra (Sincro)	

### Tuttonotizie - Tuttonotizie

**VESCOIO** - Il nostro Vescio è finalmente riuscito a conquistare la 2a categoria nella scherma, un traguardo molto importante che lo proietta nell'élite della scherma italiana. Adesso speriamo di non assistere più a crolli psicologici come quello che è costato all'Athlon il Campionato Italiano a squadre di 3a e 4a a Foggia. Chiedete a Samargiassi e Salvini cosa ne pensano in proposito.

**CRITERIUM NAZIONALE** - Prima di cominciare a spopolare per il mondo i nostri allievi e le nostre allieve sono stati protagonisti anche nell'ultima gara stagionale. A. Germano(5a), S. Cesari(6a) e I. Terrenato (11a) hanno conquistato il titolo a squadre. R. Salvini(2°), G. Vescio(4°) e L. Ticci(18°) il secondo posto dietro la Kronos.

**PROMESSA** - E' quella che facciamo a Claudia Foschi, Cristina Minelli e Claudia Cindolo, di dare più spazio alle loro gare.

**COMUNICATO** - Questa edizione è andata in stampa senza fotografie per colpa di Sergio che è sparito con tutti i rollini che ha sviluppato questa estate. Non è che non voleva dire che, come al solito, la pellicola era tutta nera !!

## La leggenda del Pentathlon di una volta (Prima puntata)

### Comincia uno straordinario viaggio alla scoperta degli eroi che nel passato hanno fatto la storia di questo sport

#### Nella puntata di oggi: Fabio Di Saverio, Alessandro Targusi, Alessio Guerracino

Questa storia comincia tanto, tanto tempo fa. Erano gli anni in cui molti di voi non erano ancora nati, anni in cui Piero Serena era ancora una persona fidata e Michael Jackson aveva ancora la pelle nera. Erano gli anni, per capirsi, in cui con 3.35" si vinceva la gara di nuoto; anni in cui c'era ancora gente che faticava a scendere sotto gli undici minuti sul tremila. La leggenda narra che in quegli anni il centro sportivo dell'Acqua Acetosa fosse popolato da strane creature: uomini (e donne) a metà strada tra l'atleta e il poeta, allenatori ventenni con capelli brizzolati che andavano d'accordo con allenatori coetanei dalla barba lunga..... insomma cose veramente strane. Una delle più bizzarre creature era certamente **Fabio Di Saverio**, la cui vita era completamente dedicata alla ricerca della massima sofferenza possibile durante tutti i lavori di corsa. Ogni piccolo particolare del suo abbigliamento era ad esempio studiato per creare qualche ostacolo al normale svolgimento dell'allenamento: pantaloncini da ciclista calzati in modo "ascellare" e rigorosamente di tre taglie più piccoli per impedire un normale afflusso di sangue alle gambe; calzini di spugna alti fino a tre-quattro centimetri sopra il ginocchio per ostacolare flessione ed estensione dell'articolazione; maglietta con sopra la felpa per sudare molto d'estate e raccogliere acqua in caso di temporali invernali; dulcis in fundo orologio rinforzato col piombo in modo da sbilanciare tutti i movimenti. Ma non è tutto: secondo gli storici più affermati, Fabio negli ultimi anni della sua vita da atleta sarebbe andato anche oltre, tanto da perfezionare delle vere e proprie tecniche di allenamento che potessero arrecare più danni possibili alle fibre muscolari e ritardare il raggiungimento di uno stato di forma accettabile; ad esempio i classici allunghi di riscaldamento erano fatti alla massima di velocità alla disperata ricerca di strappi; le salite erano affrontate allungando il passo invece che accorciandolo, al contrario in discesa tentava di aumentare la frequenza e di appoggiare pesantemente così da infastidire le ginocchia.

Questa mentalità vincente si trasmetteva poi anche nelle altre discipline, soprattutto nel nuoto in cui Fabio la faceva da padrone. Si racconta ad esempio che una volta partì per un trecento con l'obiettivo di fare un tempo attorno ai quattro minuti passando al primo cento quasi sotto il minuto e chiudendo la gara (dopo un "botto" che si sentì fino in Uganda) sopra i cinque. Partire in quel modo, spiegò in seguito Er Di Sa, gli aveva fatto sviluppare subito un bel po' d'acido lattico, il che gli aveva permesso di "godersi" il resto della gara. Nei tre mesi successivi i suoi allenatori tentarono di convincerlo che quella non era la tattica giusta...fu così che ai successivi campionati Italiani il nostro eroe passò al primo cento sopra il minuto e venti, chiudendo di nuovo attorno ai cinque!

Non meno pittoresco era **Alessandro Targusi**, uno dei più scarsi atleti mai visti all'opera in un torneo di scherma. La parola "torneo" non è sottolineata a caso, in quanto in allenamento questa leggendaria figura era tra i più bravi, soprattutto grazie alla tecnica della tremarella del braccio (per la quale fu soprannominato Parky, abbreviazione di Parkinson) e a quella della caciara, temute e rispettate in tutto l'ambiente. Purtroppo però non appena qualcuno si presentava con un foglio sul quale segnare le stoccate messe o prese, il suo rendimento crollava inesorabilmente. Si ricorda che una volta i suoi allenatori, per riuscire a fargli prendere più di quattrecento punti (questa era, infatti, la sua media) in un torneo, convinsero tutti i giudici a tenere a mente il conto delle stoccate. L'esperimento riuscì (Alessandro sfiorò quota ottocento), ma purtroppo non ci furono più gare arbitrate a quel modo. Ci sono poi altre due caratteristiche che contribuirono a far entrare "Parky" nella Hall of fame del Pentathlon:

- la prima fu la capacità di contraddire tutto e tutti su qualsiasi cosa. Alcuni testimoni ancora oggi giurano di aver assistito ad un drammatico dialogo tra l'eroe in questione e Marco Saliola in cui Alessandro, quel giorno particolarmente svogliato, riuscì a negare perfino l'esistenza del suo allenatore pur di non fare il lavoro di corsa. Gli storici fanno risalire le cause dell'esaurimento nervoso in cui cadde Marco in seguito, nonché il suo successivo addio al Pentathlon, proprio a quest'episodio
- la seconda fu la straordinaria abilità dimostrata nell'invaghirsi, di anno in anno, di tutte le ragazze che a mano a mano entrarono a far parte dello storico gruppo A2. Nessuna di loro sfuggì all'attenzione del Targusi, ma nei documenti a nostra disposizione non vi è traccia d'alcuna relazione allacciata con nessuna delle "vittime". Ancora oggi il mistero rimane irrisolto: fu un gran latin lover, tanto abile da non essere mai colto sul fatto, oppure un grandissimo giocatore di golf?

Capitolo a parte merita infine **Alessio Guerracino**. In effetti, l'esistenza di questa fantomatica figura è ancora incerta, in quanto se da una parte il suo nome è presente in molte delle classifiche giunte fino a noi, l'unico Alessio Guerracino di cui si ha notizia nelle cronache dell'epoca è un individuo che risulta essere stato assiduo frequentatore di centri solari, sfilate di moda, parrucchieri e salotti della capitale. Molti quindi stentano a credere che questa sia la stessa persona che frequentò anche l'Acqua Acetosa. La domanda è quindi: si trattò di omonimia? O forse di una coppia di gemelli? Forse non lo sapremo mai, ma tutti concordano su un fatto: se atleta ci fu, sicuramente quell'atleta aveva l'appoggio di piedi più imperfetto che si fosse mai visto e le scarpe da corsa ritrovate di recente presso gli scavi di Riano, consumate in modo talmente anomalo, possono essere appartenute solo ad una persona.....(Continua nel prossimo numero)

*Alessandro Targusi*

**Nel prossimo numero: largo alle ragazze con la vera storia di Federica Costa, Simona Sagoni, Simona Pantini.**

## PARLIAMO DI ALTRI SPORT ..... LO SNOWBOARD

### Bianco e Blu di Giovanni Pacifici

Sono un sognatore. . . un sognatore di onde. . . sono un surfer.

Da sempre l'uomo è alla ricerca dell'estasi, di quel senso di pace che ti riconcilia col mondo; c'è chi lo sente esplodere dentro, davanti ad un gol di Totti, chi nel bacio della donna amata, chi lo respira in cima ad una montagna di 4000 MT : IO. Lì c'è il solo il bianco della neve e il blu del cielo che ti riempiono la mente, ti avvolgono, ti cullano, il vento ti spinge dolcemente, poi ti urla di andare. . . e VAI ! La mente è sgombra, la velocità diventa subito folle, l'unico rumore che senti è quello della neve sotto la tavola e tanta, tanta libertà.

Scendi, vibri, libri. . . incoscienza. . . in quel momento un incubo : Scarponi, Sci, Bacchette e una massa di gente che fa lo scodinzolo o il superparallelo, le file alle seggiovie, le piste lisce come biliardi, le tute sgargianti e i cappellini comprati solo perché li porta Tomba, comunque un mito ; noi surfer siamo diversi, sia dentro che fuori, siamo **COOL**, il nostro motto è star bene e non omogeneizzarsi nella massa, a noi non dispiace passare una mattinata su un salto, non dobbiamo per forza consumare lo Skipass, noi non parliamo all'apertura degli impianti come dei forzati dello sci, noi ce la prendiamo comoda anche perché la sera, di solito facciamo un bel po' di baldoria, altro che a letto dopo cena perché domani c'è il SELLARONDA. L'incubo finisce, viene scacciato da un bellissimo CLIF. La mente si blocca. Adrenalina. . . Incoscienza. . . E si vola ! E c'è il solo il bianco, il blu e poi di nuovo il bianco. La tavola ritocca terra ed è ESTASI. . . ho chiuso il mio primo **KILLER-LOOP**. Continuo a velocità folle, la gente mi guarda stupita, accenno qualche curva con il sorriso sulle labbra. Una splendida fanciulla mi ricambia il sorriso. forse le chiedo di vedere la partita con me domenica e VAI !