

Dietro il bilanciere batte un cuore

Autore: Marco Catapano

Fonte: Città Nuova

A poche ore dall’inizio dei campionati europei di sollevamento pesi, Genny Pagliaro, stella della squadra italiana, ci parla del suo sport, la cui immagine risente spesso di alcuni errati luoghi comuni.

A poche ore dalla partenza per i campionati europei di sollevamento pesi in programma a Minsk, in Bielorussia, dal 5 all'11 aprile, il Direttore Tecnico della nazionale italiana, Aldo Radice, non nasconde un'aura ottimista. «Gli ultimi test effettuati per verificare lo stato di forma degli atleti dimostrano che siamo tutti bene. In campo maschile spiccano le maggior spemore in Vito Dellino, già medaglia agli europei del 2008, e Giorgio Di Luca, davvero in grandi condizioni. Sul fronte femminile, invece, tutte le ragazze hanno concrete possibilità di entrare tra le prime dieci. Ovviamente, abbiamo fiducia in una buona prestazione anche da parte di Genny...».

Da già. Da qualche anno Genny Pagliaro è uno dei principali punti di riferimento del movimento del sollevamento pesi italiano. Troppo recente per fare karate, la sua prima passione, l'atletica leggera il è approdato a questa disciplina sin da giovanissimo («come figlio d'arte, mio padre e mio nonno hanno fatto in passato questo sport»), mostrando presto un talento fuori dal comune. Dopo un continuo crescendo di risultati tra cui spiccano due bronzi a livello continentale e l'argento mondiale del 2007, Genny si è presentato alle ultime Olimpiadi di Pechino con il "peso" di grandi aspettative. Forse troppo.

Così, velleità da lotta olimpica e dall'emozione che molti atleti pagano alla loro prima esperienza olimpica. La nostra rappresentativa è stata vittima di un vero e proprio attacco di "braccio". Tre prove nulle nello strappo, ad una quota (82 Kg.) ampliamente al di sotto del proprio record personale, un "triple 0" sul bilanciere elettronico accanto al suo nome, e la gara a cinque cerchi che finisce in poco più di 10 secondi tra le lacrime, ancor prima di cominciare. «Ci per il la delusione è stata fortissima - ci confessa Genny. Ma, anche se dal punto di vista strettamente agonistico è andata effettivamente male, con il tempo è passata in me la consapevolezza che già arrivare alle Olimpiadi è stato qualcosa di straordinario. Certo, rimane un po' di amaro in bocca per l'occasione perduta, ma nonostante tutto di quei giorni rimano qualcosa di bello, resto soprattutto una grande esperienza».

L'impetoso "No" olimpico della nostra atleta evidenzia chiaramente come nel sollevamento pesi non conti solo la forza. Per molti non addetti ai lavori è facile associare a questa disciplina l'idea di uomini e donne supermaschiati. Ma è un'immagine sbagliata, frutto di uno dei tanti luoghi comuni di cui è spesso vittima questo sport. «Per noi pesi conta soprattutto la tecnica ed ancor più la concentrazione e la fiducia in se stessi. A volte sei lì, davanti al bilanciere, e magari hai paura ancora neanche sapere perché. Certo, la forza è importante, ma l'aspetto psicologico svolge un ruolo fondamentale, e se non si presta la massima attenzione si rischia di sbagliare anche la cosa apparentemente più semplice».

Dopo Pechino la Pagliaro, colpito anche alcuni problemi fisici che lo hanno impedito di partecipare all'ultimo campionato del mondo, non è più riuscito ad esprimersi ai livelli precedenti. «Dopo le delusioni delle Olimpiadi, in effetti, mi sono lasciato un poco andare a livello mentale, avevo perso fiducia in me stessa e, pur essendo ben preparato a livello fisico, non sono riuscito a fare i risultati che avrei voluto. Però adesso sto gradualmente riprendendomi, ed in questo mi sta aiutando anche la decisione della nostra federazione che, da alcuni mesi, ha tentato una sorta di colloquio permanente a Roma per leggere i migliori atleti europei di questo sport. Un'ottima iniziativa, ci coinvolge uno con tanto, fare gruppo tra di noi ci aiuta molto, soprattutto dal vista psicologico».

In attesa che Genny e uno degli altri atleti impegnati nei prossimi giorni a Minsk (in tutto sette uomini e sette donne) possano regalarci ai colori nazionali qualche medaglia di bronzo, il sollevamento pesi italiano ha già uno, fuori dalla palestra, la medaglia più importante. Grazie alla determinazione di Antonio Lino, presidente della nostra federazione dal 2005 e di quella europea dal 2008, il nostro paese è infatti in prima linea in una feroce lotta al doping, problema con cui questa disciplina ha spesso dovuto fare i conti nel recente passato e con cui, purtroppo, deve ancora confrontarsi. «Questo per cui si sta batteando il nostro presidente è una cosa giustissima. Tutti noi atleti dobbiamo guadagnare ad anni zero».

Anche se molti paesi non sono così corrotti. Uno ha convinto i membri della federazione europea a sottoscrivere un protocollo etico molto rigido sull'argomento, tanto il vero che negli altri avvenimenti internazionali i rappresentanti delle nazioni europee hanno vinto molte meno medaglie rispetto al recente passato ad alcune nazioni, prima ai vertici mondiali, sono improvvisamente ... spariti! Che il prossimo passo su cui si sta lavorando è quello relativo all'istituzione del cosiddetto "passaporto biologico", una sorta di carta d'identità dove si potrebbero annotare progressivamente gli sviluppi fisici di ciascun atleta, per poi monitorare e porre eventuali sospetti biologici "anomali"».

Lo scopo di questa iniziativa è quello di dare un'immagine nuova e più credibile di questo sport, spesso associato nell'immaginario collettivo a come "gracchi" tipici del body building. Ecco perché, facendo quasi senza eccezioni di caso, molti possono essere portati a pensare che il sollevamento pesi faccia male alla salute. «Non è assolutamente vero - ribatte Genny. Anzi, se fatta bene la palestra aiuta, ad esempio è molto indicata per la cura della scoliosi. E poi è uno sport molto competitivo, emozionante. Per me è qualcosa di spettacolare, anche se altri lo possono vedere o "sentire" in maniera diversa». Proprio così, il sollevamento pesi non è solo una questione di forza. Certo è bilanciere, batte un cuore.

di La foto di Genny è di Vanda Difuria

