Poche (medaglie) ma “buone”

Autore: Marco Catapano
Fonte: Città Nuova

Bronzi per Genny Pagliaro e Mirco Scarantino ai campionati europei di sollevamento pesi. Uno sport in cui il nostro Paese continua a essere in prima linea nella lotta al doping

Lei è da considerarsi ormai una “veterana”, anche se in fondo è una ragazza che non ha ancora compiuto ventisette anni. Lui, invece, è un giovane “emergente”, anche se nel suo ancor breve curriculum sportivo può già vantare una partecipazione olimpica (a Londra 2012, quando aveva solo diciassette anni). Stiamo parlando di **Genny Caterina Pagliaro** e **Mirco Scarantino**, i due atleti che in questo momento sono i principali punti di riferimento del sollevamento pesi italiano e che sabato scorso, nella prima giornata dei campionati europei in corso di svolgimento a Tbilisi, in Georgia, hanno conquistato due “sofferte” medaglie continentali. Due bronzi di assoluto prestigio, anche se in cuor loro la Pagliaro e Scarantino speravano in un risultato ancora migliore…

La prima a scendere in pedana è stata Genny, che ha partecipato alla prova riservata alle atlete con un peso inferiore ai 48 Kg. In questa gara, la ragazza italiana nata a Rovereto, ma che ha vissuto sin da piccola a Caltanisetta, si è aggiudicata la medaglia di bronzo con un totale di 176 Kg sollevato tra l’esercizio di strappo e quello di slancio, subito alle spalle delle pesiste turche **Sibel Ozkan Konak** (oro con 179 Kg sollevati) e **Nurcan Taylan** (argento con 178 Kg).

Poi, poco dopo, è stata la volta di Mirco, impegnato nella prova riservata agli atleti con un peso inferiore ai 56 Kg. L’azzurro, anche lui siciliano (è nato a San Cataldo in provincia di Caltanissetta), ha conquistato il bronzo sollevando un totale di 259 Kg, lo stesso risultato conseguito dall’armeno **Smbat Margaryan** che però ha vinto l’argento per un peso corporeo leggermente inferiore a quello di Scarantino, mentre l’oro se lo è aggiudicato il moldavo **Oleg Sirghi** capace di sollevare complessivamente 264 Kg.

Per la Pagliaro, quello conseguito sabato è il settimo podio a livello europeo negli ultimi dieci anni! La conferma di una costanza di risultati ad altissimi livelli, anche se il terzo posto potrebbe sembrare un mezzo passo falso considerando che l’azzurra nelle ultime due rassegne continentali era stata capace di aggiudicarsi la medaglia d’oro. Per Scarantino, invece, si tratta del secondo podio europeo consecutivo, e anche per lui come per Genny forse alla vigilia ci si poteva attendere qualcosa di più, visto che lo scorso anno Mirco fu capace di conquistare la medaglia d’argento.

Entrambi gli azzurri, però, a ben guardare si sono resi protagonisti di due grandi prestazioni, soprattutto se si pensa che Genny è arrivata a questi europei in leggero ritardo di preparazione,

complice un problema muscolare patito il mese scorso, e che Mirco dopo l'esercizio di strappo ha sofferto una contrattura al quadricipite che l'ha portato a salire in pedana per la prova di slancio zoppicando vistosamente. «Ho un po' d'amaro in bocca perché la medaglia d'oro era alla mia portata, ma considerando quanto è capitato sono comunque soddisfatto perché, nonostante il dolore, ho avuto la forza di reagire», ha dichiarato Mirco subito dopo la gara.

Il sollevamento pesi italiano porta così a casa due importanti medaglie europee in pedana, ma nel frattempo continua a vincere soprattutto… fuori dalla pedana. Grazie alla determinazione di **Antonio Urso**, infatti, presidente della nostra federazione dal 2005 e di quella europea dal 2008, il nostro Paese continua da anni a essere in prima linea per una fermissima lotta al *doping*, problema con cui questa disciplina ha spesso dovuto fare i conti nel recente passato e con cui, purtroppo, deve ancora confrontarsi. Basti pensare che proprio nelle ultime settimane sono stati sospesi per uso di steroidi anabolizzanti undici pesisti bulgari (tra cui tre ex campioni d'Europa), e che pochi giorni fa ben ventuno sollevatori di peso indiani sono risultati positivi ai controlli antidoping per uso di sostanze proibite.

Purtroppo, quando di tanto in tanto si scoprono nuovi pesisti che "barano", si rinnovano i pregiudizi di chi associa a questa disciplina solo l'idea di uomini e donne super muscolosi. Un'immagine sbagliata, frutto di uno dei tanti luoghi comuni di cui è spesso vittima questo sport. «Nei pesi conta soprattutto la tecnica e ancor più la concentrazione e la fiducia in se stessi», ci ha confidato tempo fa la Pagliaro. «A volte sei lì, davanti al bilanciere, e magari hai paura senza 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 le cose apparentemente più semplici».

E se lo dice lei c'è davvero da credergli, considerando che a parlare è una ragazza che si era presentata alle Olimpiadi di Pechino del 2008 tra le atlete da battere e che invece, tradita da tanta attesa e dall'emozione che molti atleti pagano alla loro prima esperienza olimpica, è stata vittima di un vero e proprio attacco di "panico". Tre prove nulle nello strappo, a una quota (82 Kg) ampiamente al di sotto del proprio record personale, un triste "0" sul tabellone 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. L'imprevisto "fallimento" olimpico della nostra atleta è solo uno dei tanti esempi che evidenziano chiaramente come nel sollevamento pesi, come in tutti gli sport, i fattori per emergere siano molteplici.

Come afferma la Pagliaro, per fare bene in questo sport conta, ad esempio, curare al meglio l'aspetto tecnico e quello psicologico, magari avvalendosi dei maggiori esperti nazionali del settore. Per fare ciò, la nostra federazione da alcuni anni ha istituito una sorta di collegiale permanente a Roma, proprio per seguire i migliori atleti azzurri di questo sport. Un'ottima iniziativa, che da un lato

permette agli atleti di allenarsi intensamente (due le sessioni di allenamento ogni giorno), e dall'altro li porta a stimolarsi l'uno con l'altro, traendo dal lavorare insieme anche indubbi benefici dal punto di vista psicologico. Una scelta, quella di provare a vincere in maniera "pulita", senza se e senza ma, anche a costo di portare poi a casa "poche medaglie".

Ora, dopo i risultati della Pagliaro e di Scarantino, e dopo l'ottimo quinto posto ottenuto domenica da **Giorgia Russo** (categoria -53 Kg), gli europei proseguiranno fino a domenica prossima. Nella speranza che gli azzurri impegnati nei prossimi giorni possano regalare ai nostri colori qualche altro buon risultato (da seguire in particolare sia **Giorgia Bordignon** che il diciottenne **Antonino Pizzolato**), e con la certezza che il sollevamento pesi non è solo una questione di forza. Dietro il bilanciere c'è molto di più!