

# il judo è felicità

Intervista a Odette Giuffrida, atleta azzurra che si sta preparando per le Olimpiadi di Rio



Nelle foto, Odette Giuffrida, medaglia d'oro agli European Open disputati a Ostia (Roma) lo scorso febbraio.

(2) Emanuele Di Feliciano/FULKAM

Voleva fare ginnastica ritmica. Ha provato la danza classica. Poi è passata al nuoto, «però avevo un timpano perforato e quindi non potevo stare troppo tempo in acqua». Alla fine, è arrivata la scelta del judo, «anche perché vedevo mio fratello, che già praticava questa disciplina, tornare sempre felice a casa dalla palestra. Così, mi sono detta che volevo

provare anch'io a essere felice come lui. Ho levato le scarpe, sono salita sul tatami e da quel momento è stato impossibile portami via». Chiacchierando con Odette Giuffrida, 21enne romana che abbiamo incontrato a Ostia (Roma) dove si sta allenando per le Olimpiadi, ci rendiamo conto che il judo era proprio la disciplina giusta per lei. «Andavo in palestra, iniziavo ad

allenarmi con quelli della mia età, poi con quelli più grandi di me, e alla fine rimanevo per vedere quelli ancora più grandi...». Poi le prime gare e, giorno dopo giorno, l'amore per questo sport è continuato a crescere sempre di più. «Il judo mi ha insegnato tante cose, come il rispetto delle regole e dell'avversario. Valori importanti, che poi ti ritrovi non solo sul tatami

ma, sotto altra forma, nella vita di tutti i giorni». Uno sport che s'infiltra davvero sotto la pelle di chi lo pratica, quindi, come accaduto a questa ragazza che oggi è una delle migliori interpreti italiane di questa disciplina. Dopo aver vinto tantissimo a livello giovanile, infatti, l'azzurra si è fatta poi strada anche a livello senior dove, nella categoria riservata alle atlete con un peso

inferiore ai 52 Kg, ha già portato a casa risultati di assoluto prestigio.

Tra questi, la medaglia di bronzo ottenuta nel Master, la competizione che riunisce i migliori 16 judoka al mondo di ogni categoria. Era il 2015, stesso anno in cui la nostra atleta ha anche ottenuto due convincenti quinti posti sia ai campionati europei sia ai mondiali.

Ripercorrendo le varie tappe della sua ancor breve carriera agonistica, Odette ci svela che è particolarmente legata al successo ottenuto nell'European Open disputato a Ostia lo scorso febbraio. «Sugli spalti c'erano la mia famiglia, i miei vecchi maestri, i miei amici. Insomma, c'era un clima particolare, è stato un po' come tornare indietro nel tempo, a quando i miei genitori

mi portavano alle prime gare. Sapere che loro erano lì mi ha dato uno stimolo in più, anche perché dopo tutti i sacrifici che avevano fatto per assecondare la mia voglia di fare judo, li volevo rendere orgogliosi di me».

Vederla combattere durante un incontro è un vero spettacolo, perché lei, gentile e sempre sorridente fuori dal tatami, quando gareggia si trasforma e sfodera una grinta e una determinazione davvero fuori dal comune.

Dietro i brillanti risultati ottenuti, ci sono però anche altri segreti. Innanzitutto il bellissimo rapporto che la lega a Dario Romano, suo attuale allenatore e uno dei tecnici della nazionale italiana. «Dario ha sempre creduto in me, mi ha aiutato tanto nella

mia crescita. Io sono un'atleta molto difficile da seguire, nel senso che ho voglia di allenarmi tantissimo per cercare di poter competere con chi, nel mondo, si allena come e più di me. Per farti capire, a ferragosto eravamo qui ad allenarci, il giorno di Natale pure... Sì, dire che mi ha aiutata tanto è anche riduttivo». Poi, continuando la chiacchierata, scopriamo anche un altro segreto: la sua fede. «Credo in Dio e parlo spesso con lui. Ogni tanto mi fermo un attimo da sola in una cappella che c'è qui al centro tecnico dove mi alleno: io, senza telefoni, senza niente. Leggo il Vangelo e l'omelia del giorno, e questo mi aiuta nella mia crescita personale, mi fa riflettere sulla vita, sulle cose di tutti i giorni e sullo sport che faccio. Mi sento molto più "forte",

e così, ad esempio, riesco ad accettare più serenamente una sconfitta... anche se do sempre il massimo per cercare di vincere!». A Odette piace molto viaggiare e dedicarsi alla fotografia. Per coltivare al meglio queste passioni, però, dovrà attendere ancora un po'. Ora la aspettano Rio de Janeiro e la prima Olimpiade. «Certo, la giapponese Nakamura e la kosovara Kelmendi sono forti, la rumena Chitu mi ha battuto spesso, ma io non ho paura di nessuno: salirò sul tatami e farò quello che so fare». E siccome l'Olimpiade è davvero una gara a parte, dove spesso non vince l'atleta favorito, siamo certi che anche l'azzurra potrà giocare le sue carte per provare a salire sul podio a cinque cerchi. In bocca al lupo, Odette. ■



La sua gara  
olimpica  
è in programma  
domenica 7 agosto