



Con il bronzo (e la foca)

KEYSTONE

NUOTO | CAMPIONATI EUROPEI

‘Questa gara non la mollo più’

Maria Ugolkova non sta più nella pelle. È il secondo podio svizzero in 72 ore.

Era la sua grande occasione, e Maria Ugolkova l'ha sfruttata. Riuscendo a migliorarsi ancora rispetto alle semifinali della 200 mista, in cui la ticinese d'origine - che ora, però, vive e s'addestra a Zurigo - abbassa di 0'58 il primato svizzero da lei stessa eguagliato martedì (2'10"83), e chiude sul po-

dio una gara straordinaria, battuta soltanto dall'imprendibile Katinka Hosszu - campionessa olimpica, nonché recordwoman nella disciplina - e dall'italiana Ilaria Cusinato. «È stata una vera e propria battaglia - dice Maria, ricordando il finale di una prova che la Svizzera del nuoto adora sul serio, siccome tra gli uomini, due giorni prima, a imporsi era stato il ginevrino Jérémy Desplanches -. Non pensavo a nulla, mentre nuotavo: l'unica cosa che

volevo è che finisse in fretta. E quando ho toccato ero praticamente morta, e non avevo più gambe». Invece, è proprio in quell'epico finale che la 29enne dell'Uster/Wallisellen riesce a resistere al tentativo di rientro della britannica O'Connor, la più veloce nelle semifinali di martedì. «Questa medaglia significa molto per me - continua Maria -. È vero, il mio primo obiettivo è divertirmi praticando lo sport che amo, ma

questo podio europeo suscita in me grandissime emozioni». Con un occhio già ai Giochi di Tokyo. «È dalle Olimpiadi di Rio, due anni fa, che ho deciso di privilegiare la 200 mista. E questa adesso è la mia disciplina: di sicuro non la mollo più» esclama, a conclusione di un'altra giornata memorabile per il nuoto svizzero. Che prima di Glasgow aspettava una medaglia europea da dieci anni, e in Scozia ne ha festeggiato addirittura due in 72 ore.

‘Lo inseguivo da un anno’

Il ticinese Noè Ponti torna sul 'tempone' dei 200 delfino, l'1'59"41 con cui ha finalmente abbattuto la barriera dei due minuti

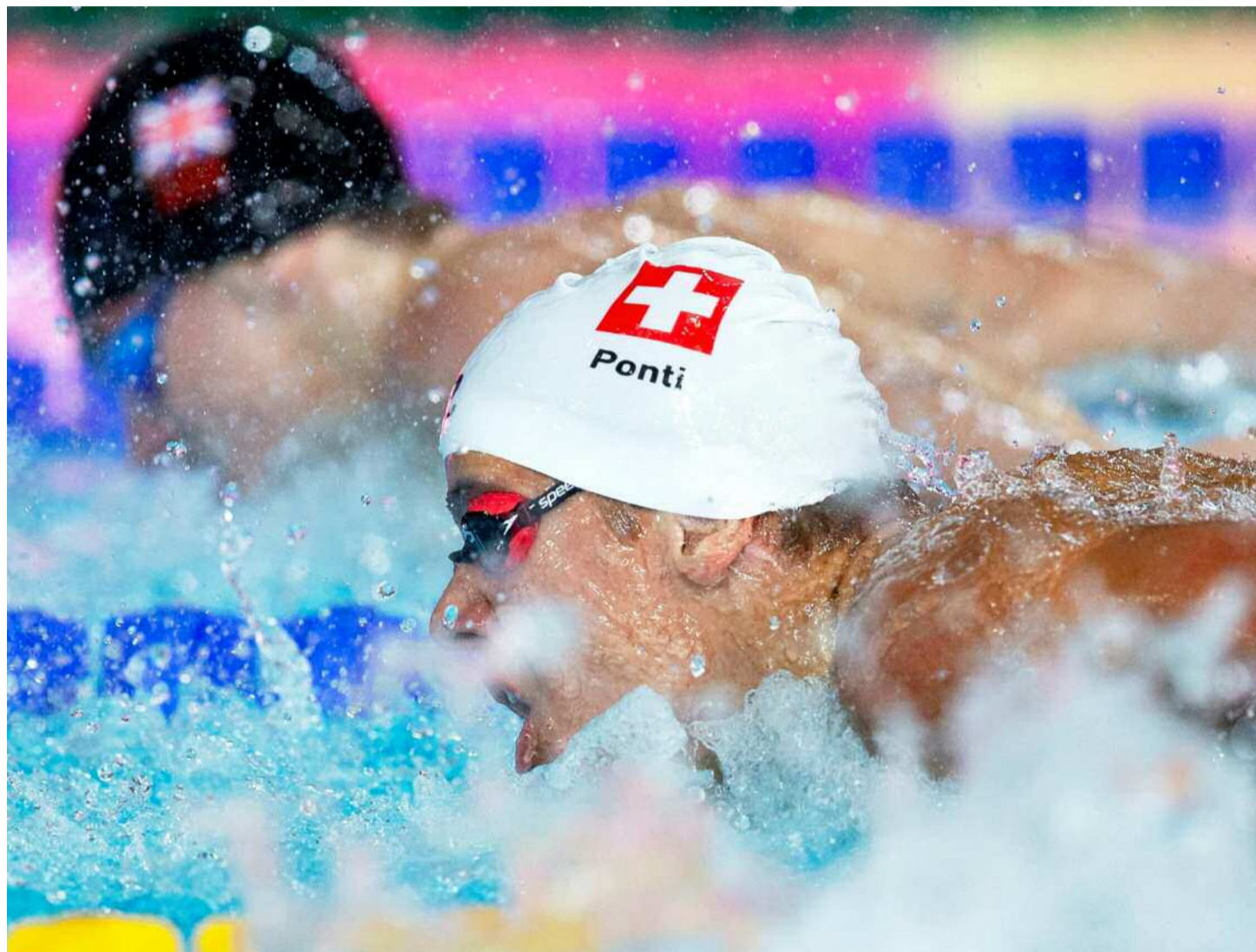
di Marzio Mellini

Deve ancora cimentarsi nella staffetta, che corre oggi. Tuttavia, comunque si concludano, per Noè Ponti questi Europei - i primi tra i 'grandi' in vasca lunga - saranno un successo. E che successo.

Il ticinese portacolori della Nuoto Sport Locarno da Glasgow tornerà con una generosa dose di fiducia nei propri (notevoli) mezzi in più. Merito di una medaglia? Di un record svizzero? No. Merito del tempo nuotato nella 200 delfino che ha inaugurato il suo Europeo. Merito di quel rilevamento cronometrico sceso sotto la simbolica soglia dei due minuti: 1'59"41, miglior prestazione personale, infine sotto i 2', sorta di limite psicologico più che temporale. «Sono contentissimo di aver abbattuto finalmente la barriera dei 2'», aveva riconosciuto Noè, raggiunto a Glasgow nel giorno della finale della 200 mista di Jérémy Desplanches, alla quale aveva assistito da spettatore e compagno di squadra. «Era da un anno che stavo lavorando a questo traguardo - ci aveva spiegato il 17enne di Quartino -, una stagione oltretutto segnata (a cavallo tra febbraio e marzo, ndr) dalla mononucleosi. Sono sceso sotto i 2' e ci sono riuscito al mattino. Se avessi nuotato il pomeriggio, forse il tempo sarebbe stato ancora migliore, ma tant'è».

‘Nella 100 delfino il mio miglior tempo al mattino e mai così bene in questa stagione’

La semifinale era a un passo. «L'ho mancata per otto centesimi. Un po' mi spiace, visto che l'ho sfiorata, ma prevale la soddisfazione per il tempo. Era l'obiettivo di un'intera stagione. Ero inserito in una batteria di livello altissimo con avversari tutti più



Oggi per il gambarognese l'ultimo impegno con la staffetta

KEYSTONE

forti di me, accreditati di passaggi molto veloci. Ho condotto una gara senza strappi, secondo una tattica preparata a tavolino che si è rivelata efficace: partire tranquillo, per poi tornare forte nel finale, senza rincorrere chi mi sorpassava o stava davanti. Ha funzionato a meraviglia. Questo risultato ci voleva proprio, credo di essermi sbloccato. È stata la scintilla che inseguivo da tempo. Mentalmente adesso è tutta un'altra cosa. In futuro, ne è convinto da tempo il mio allenatore Max Baroffio, la 200 delfino dovrebbe diventare la mia gara, quella per la quale sono maggiormente portato».

Anche nella 50 era andata bene: «24"22, un ottimo tempo. Ho

nuotato bene, contro avversari fisicamente molto più prestanti di me, ma non sono arrivato stanco al termine. In stagione non ci avevo lavorato tanto, sapevo che in questa prova mi sarebbe mancato qualcosa». Soddisfatto Noè lo è pure per la 100 delfino, nuotata ieri, sebbene il 53"37 (25" tempo totale) non gli abbia permesso di qualificarsi. «Comunque questo crono è il mio migliore di sempre relativo alle gare disputate al mattino ed è anche il personale stagionale» Col senno di poi - ci ha spiegato ieri a caldo, poche ore dopo la gara - avrebbe «forse» potuto gestirla diversamente. «Nuotare cioè un pochino più velocemente i secondi di 50 metri: la prima metà li ho

forzati un po' tanto e negli ultimi 25 metri... non ne avevo più». Dettagli che sicuramente anche questa esperienza tra i big d'Europa contribuirà ad affinare.

‘E di pomeriggio tutti a tifare’

Tra allenamenti, riposo e batterie, in Scozia ha trovato il tempo per fare due passi in città, con i compagni di squadra, da solo, o in compagnia della famiglia che lo ha raggiunto. «Sono stato più volte in centro, il nostro albergo è all'inizio della zona pedonale nella quale mi sono addentrato a varie riprese per fare shopping. Swiss Swimming, in tal senso, non ha fissato paletti particolari. Per lo più usciamo in compagnia,

ma m'è capitato di farlo da solo, alla ricerca di un trancio di pizza per finalmente mangiare qualcosa di sostanzioso. Il cibo non è granché e di conseguenza mangio poco. Avevo voglia di qualcosa di buono e la necessità di fare il pieno di forze». Tanto più che a sette giorni dall'inizio delle gare - «ma noi siamo qui già da dieci giorni» - un po' di stanchezza inizia a farsi sentire. Anche perché, oltre alle proprie competizioni, i nazionali nel pomeriggio spendono qualche ora a bordo vasca, a sostenere i compagni di squadra. «Al mattino chi non ha gare in programma ha la possibilità di restare in albergo a riposare, ma al pomeriggio si va tutti a tifare».

NUOTO

Campionati europei

Finali. Uomini. 800 sl: 1. Michailo Romantschuk (Ukr) 7'42"96. 2. Gregorio Paltrinieri (I) 7'45"12. 3. Florian Wellbrock (Ger) 7'45"60. **200 dorso:** 1. Jewgeni Rylyow (Rus) 1'53"56 (record europeo). 2. Radoslaw Kawecki (Pol) 1'56"07. 3. Matteo Restivo (I) 1'56"29. **50 rana:** 1. Adam Peaty (Gb) 26"09. 2. Fabio Scozzoli (I) 26,79. 3. Peter Stevens (Slo) 27"06. **Donne. 100 sl:** 1. Sarah Sjöström (Sve) 52"93. 2. Femke Heemskerk (Ol) 53"23. 3. Charlotte Bonnet (F) 53"35. **200 misti:** 1. Katinka Hosszu (Un) 2'10"17. 2. Ilaria Cusinato (I) 2'10"25. 3. Maria Ugolkova (S) 2'10"83 (record svizzero). 4. Siobhan-Marie O'Connor (Gb) 2'10"85. **Staffetta mista 4 x 100 sl:** 1. Francia (Jérémy Stravius, Mehdy Metella, Marie Wattel, Charlotte Bonnet) 3'22"07. 2. Olanda 3'23"97. 3. Russia 3'24"50

CICLISMO

Campionati europei

Cronometro uomini (45,7 km): 1. Victor Campenaerts (Be) 53'38"78 (51,11 km/h). 2. Jonathan Castroviejo (Sp) a 0"63. 3. Maximilian Schachmann (Ger) a 27". 4. Yves Lampaert (Be) a 30". Poi: 7. Stefan Küng (S) a 44". **Cronometro donne (32,7 km):** 1. Ellen van Dijk (Ol) 41'39" (46,53 km/h). 2. Anna van der Breggen (Ol) a 2". 3. Trixi Worrack (Ger) a 1'09". Poi: 15. Nicole Hanselmann (S) a 3'29"

ATLETICA

Campionati europei

Finali. Uomini. Disco: 1. Andrius Gudzius (Lit) 68m46. 2. Daniel Stahl (Sve) 68m23. 3. Lukas Weisshaidinger (A) 65m14. **Lungo:** 1. Miltiadis Tentoglou (Gre) 8m25. 2. Fabian Heinle (Ger) 8m13. 3. Serhii Nykyforov (Ucr) 8m13. **Decathlon:** 1. Arthur Abele (Ger) 8431 punti. 2. Ilja Shkureniov (Ana) 8321. 3. Vitali Zhuk (Bie) 8290. **Donne. 10'000 m:** 1. Chemtai Lonah Salpeter (Isr) 31'43"29. 2. Susan Kruminis (Ol) 31'52"55. 3. Meraf Bahta (Sve) 32'19"34. **Peso:** 1. Paulina Guba (Pol) 19m33. 2. Christina Schwanitz (Ger) 19m19. 3. Aliona Dubitskaya (Bie) 18m81

LE BREVI

Hockey

L'Italia per cominciare

Sarà l'Italia il primo avversario della Svizzera ai Mondiali in Slovacchia: gli uomini di Fischer, reduci dall'argento di Copenhagen, festeggeranno il loro debutto sabato 11 maggio alle 12.15 a Bratislava. Sfidaranno poi nell'ordine: Lettonia (il 12.), Austria (il 14), Norvegia (il 15), Svezia (il 18), Russia (il 19) e Repubblica Ceca (il 21). La finale si giocherà domenica 26 maggio, sempre a Bratislava.

Basket

Cinque ticinesi con la U16

A rappresentare la Svizzera a Sarajevo, nell'ambito degli Europei Under 16 di basket, ci saranno anche tre giovani del movimento giovanile del Lugano Basket e due giovani della Sam. Si tratta dei luganesi Diego Togninalli (classe 2002), Marco Matasic (2002) e Massimiliano dell'Acqua (2003) e dei massagnesi Nicolò Isotta (2003) e Giona Conti (2002).

ATLETICA | A GLASGOW

Alex, Lea e Selina sono da finale

È inarrestabile, Alex Wilson. E stasera (alle 21.05) il basilese andrà a caccia di un posto sul podio che sembra davvero alla sua portata, dopo il 20"16 con cui l'elvetico si lascia tutti alle spalle, realizzando addirittura il miglior crono delle semifinali dei 200, grazie al quale si impone nella terza serie sfruttando un'ottima uscita di curva. E in generale il mercoledì berlinese riserva parecchie soddisfazioni alla delegazione ros-

socrociata. Infatti anche Lea Sprunger si guadagna il ticket per la finale di domani (ore 20.50), e lo fa con brio, vincendo la propria semifinale dei 400 ostacoli in 55"04. E sempre domani, ma negli 800 (dalle 21.20), tornerà in pista anche Selina Büchel, dopo il terzo miglior tempo di ieri (2'02"84). Nulla da fare, invece, nell'altra serie per Lore Hoffmann, nonostante il perso-



Imperiale

KEYSTONE

Per Küng il podio resta un miraggio

Il sogno di mettersi al collo una medaglia resta tale per Stefan Küng, che nella cronometro degli Europei deve accontentarsi del 7° tempo, a 44" dal vincitore. Al termine dei 45 km e rotti del percorso a festeggiare è ancora il belga Campenaerts (nella foto), già campione uscente contro il tempo. Mastica amaro invece lo spagnolo Castroviejo, relegato al posto d'onore per soli 63 centesimi. Bronzo al tedesco Schachmann.

