

VITA BERGAMASCA

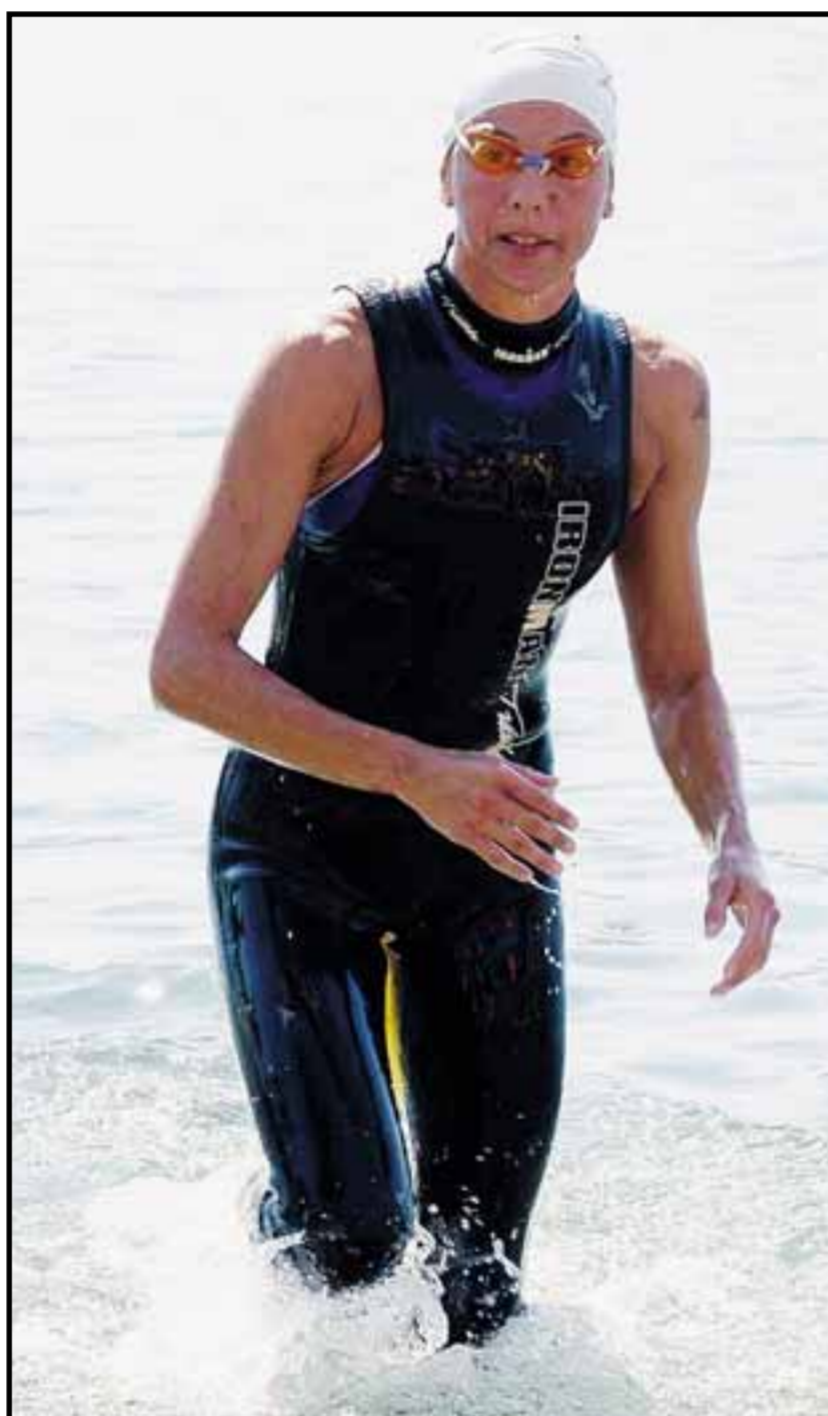
La stella del nuoto che ha paura del mare

Caprino: morsa da medusa gigante a Cuba, aveva chiuso con le gare. Due anni fa il ritorno. Ora per Valeria Vergani la vittoria ai Mondiali master: «Ma ancor oggi solo tuffi in piscina»

Ha vinto talmente tante gare di nuoto che nemmeno riesce a ricordarsene tutte. Prima in competizioni agonistiche e ora nella squadra master della «Canottieri Lecco». Valeria Vergani, 35 anni, originaria di Olginate, nel Lecchese, ma da otto anni residente a Caprino, è un'atleta con la «a» maiuscola, capace di dire basta all'agonismo a 22 anni e poi di ricominciare da capo 11 anni dopo. E di tornare grande. Così grande da laurearsi campionessa del mondo nei 400 stile libero ai Mondiali di nuoto master in vasca lunga, che si sono svolti in California. Medaglia d'oro e nuovo record europeo con il tempo di 4'35"17.

Non solo. Nella stessa competizione Valeria ha conquistato anche la medaglia d'argento negli 800 stile libero, quella di bronzo nei 200 stile, che gli è valsa anche il nuovo record italiano (2'11"08), oltre al quinto posto nei 100 stile libero. «Cosa potevo aspettarmi di più? Sapevo - esordisce Valeria - quanto erano forti le mie avversarie e non pensavo di salire sul podio. Invece è successo, per tre volte. Sono davvero felicissima e dedico la medaglia d'oro alla mia famiglia, a papà Antonio, a mamma Angela e ai miei fratelli Alberto e Giuseppe, che gestiscono l'agriturismo "Cascina Ombria" a Celana, oltre ai miei compagni di squadra, a Fabri e ai miei allenatori Paola Brusadelli, Maurizio Pompei, Riccardo Crippa e Claudio Galimberti».

E pensare che Valeria ha ricominciato a nuotare solo due anni fa dopo aver detto basta per 11 anni. Lei, che a sei anni faceva già parte della squadra agonistica della «Pratogrande nuoto» di Garlate e che, a livello giovanile, era salita sul gradino più alto del podio in diverse gare internazionali, aveva smesso prima con le competizioni di nuoto in piscina e poi anche con quelle di fondo (distanze dai 5 ai 25 chilometri in acque libere), dopo un brutto incidente in cui aveva addirittura rischiato di morire. È successo nel 1993 a Cuba, durante il collegiale che doveva precedere i Mondiali di nuoto di fondo a Terracina. Uscendo dagli scogli un'ondata le getta addosso un'enorme medusa, che la colpisce dalla testa ai piedi. Valeria sviene, ed è solo il pronto intervento



Dall'alto in senso orario, Valeria Vergani, prima da sinistra, oro alla traversata del lago di Monate, nel Varesotto, accanto a Daniela Sabatini, seconda, e Martina Giavani, terza; in piscina; al termine di una traversata e mentre esce dall'acqua del lago di Monate. La campionessa, che da otto anni vive a Caprino, ha vinto l'oro nei 400 stile libero ai Mondiali di nuoto master in vasca lunga in California

di un compagno di squadra a salvarle la vita. «Me la sono vista davvero brutta - dice la pluricampionessa master -. Sono rimasta in ospedale una settimana. Ho rischiato di morire e ho deciso di smettere con il nuoto: con le gare in piscina e anche con le traversate. E ancora oggi ho paura del mare. Quando ci vado, al massimo mi bagno i piedi, ma non ci nuoto».

La pausa dura fino al 2004. Valeria va a nuotare ogni tanto per puro divertimento, ma nulla di più. Alle vasche preferisce le gare di triathlon e la corsa. Almeno fino a due anni fa, quando inizia a lavorare come cuoca negli impianti sportivi di

Garlate. La piscina è proprio sotto i suoi occhi. E la tentazione è grande, così approfitta delle pause per farsi una nuotata. «In quei 11 anni di stop il nuoto non mi è mancato - continua -. Volevo solo voltare pagina. Non avrei mai pensato di ricominciare, ma quando ho ripreso ad allenarmi mi è venuta voglia di entrare nella squadra master». Quella della «Canottieri Lecco»: l'anno scorso nella categoria master 30; quest'anno nella master 35. «Con tanti anni di nuoto a livello agonistico alle spalle non è stato difficile come cominciare da zero - spiega -. Nuotando 45 minuti quattro volte alla settimana sono tornata in forma velocemente, anche se non c'è paragone con i tempi che ottenevo anni fa».

Valeria, che ora è istruttrice di nuoto a Garlate, si allena nelle pause di lavoro («Devo ringraziare il mio datore Fabio Milani che mi concede questa possibilità») e il fine settimana si dà alle gare master. E con ottimi risultati: nel 2005 si è laureata campionessa italiana nei 100, 200 e 400 stile libero e ai Mondiali di Stoccolma ha conquistato l'oro nei 200 e 400 stile libero, oltre a un secondo posto nei 100 stile. Quest'anno, invece, è arrivata la tripletta ai Mondiali in California. Ma non è tutto. Perché la campionessa mondiale di nuoto master detiene

anche il record italiano ed europeo in vasca corta nei 200 stile con 2'06"99, il record europeo nei 400 stile (vasca corta) con 4'27"62, il record italiano nei 400 misti con 5'12"75, quello europeo negli 800 stile libero con 9'27"70 e un altro italiano nei 1.500 stile con 18'17"10. Poi ci sono le traversate, un appuntamento irrinunciabile nei mesi estivi, da giugno a settembre. «Per me sono un divertimento: lo faccio perché amo nuotare nel lago, ma se devo scegliere tra una gara in piscina e una traversata, allora scelgo la piscina».

Il risultato, comunque, non cambia, perché Valeria si piazza sempre ai primi posti: terza assoluta e prima tra le donne alla traversata del lago d'Isèo del 2005; seconda assoluta e prima tra le donne a quella di quest'anno; sempre nel 2006 terza assoluta e prima tra le donne alla Onno-Mandello, sul lago di Lecco; seconda assoluta e prima tra le donne alla traversata del Lago Maggiore e quinta assoluta e prima tra le donne al lago di Monate, l'ultima traversata della stagione. E adesso quali impegni ti aspettano? «A fine ottobre le gare in piscina. A settembre 2007 ci sono gli Europei master, ma ho già deciso di non partecipare. Dopo due anni senza mai staccare la spina, voglio un anno più tranquillo».

Claudia Esposito



il personaggio

ALL'INTERNO

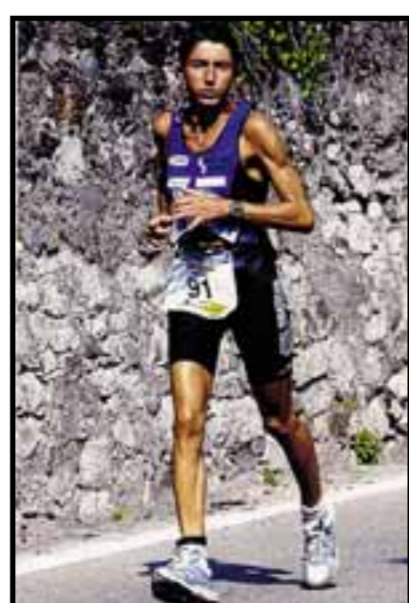
- 46 ORIO AL SERIO**
Nuovi posti all'asilo
Li finanzia il Comune
- 47 SPIRANO**
La comunità in festa sul sagrato ristrutturato
- 48 CERETE BASSO**
In tecnicolor il restyling del centro storico
- 61 COSTA IMAGNA**
Sci di fondo Campo scuola al centro sportivo
- 62 PRESEZZO**
Riaprirà a metà ottobre il ponticello di Capersegno
- 63 ALTO SEBINO**
Mezzi e uomini da tutta Italia al raduno degli autieri

E la prof di Seriate sogna di vincere la sfida alle Hawaii

la storia

Il bikini a fiori lo lascerà nel cassetto: meglio il costume olimpionico. Tacchi alti da sfoggiare la sera nemmeno a pensarci: quest'anno al mare si va alle Hawaii, ma ci sarà poco da rilassarsi. Lo sa bene Rita Quadri, insegnante di Educazione fisica al Majorana di Seriate, poco distante da casa sua, che a 41 anni si scopre ai vertici del triathlon nella distanza Ironman, la più dura. Lei che da trent'anni è nel mondo della corsa, lo scorso 16 luglio si è piazzata seconda nella categoria donne 40-44 all'Ironman Austria, a Klagenfurt, meritandosi così uno dei 50 posti per la finale di Coppa del mondo di Kona, alle isole Hawaii, che si terrà il prossimo 21 ottobre. Un'impresa mai riuscita prima a una bergamasca, ma che rischia di rimanere un sogno. Sì, perché se per un calciatore o un ciclista professionista una trasferta di questo tipo è pura routine, per un candidato campione del mondo di triathlon diventa un impegno non da poco, visti i costi che deve sostenere, da solo. «Non avrei mai immaginato che la via agonistica

potesse ricominciare a quarant'anni - esordisce l'atleta della Steel triathlon, tesserata anche con l'Atletica Bergamo '59 -. Ma per quanto lavori nello sport e lo sport sia la mia unica e più grande passione, non nego la difficoltà nel far fronte alle spese necessarie per andare alle Hawaii». Per questo l'atleta di Seriate, vincendo l'iniziale ritrosia, è diventata procuratore di se stessa. «Visti i risultati finora conseguiti sono certa di non deludere» garantisce la campionessa italiana su pista negli 800 e nei 1.500 metri (1999), vincitrice della



Rita Quadri, di Seriate

mezza maratona internazionale di Bergamo (2000), seconda ai campionati italiani Udace di ciclismo nella cronometro a squadre (2002), campionessa regionale di duathlon classico nel 2005. «Questa qualifica è stata prima di tutto un riscatto dei tantissimi infortuni sportivi avuti in questi anni», spiega. È stato proprio «grazie» agli infortuni che la minuta Rita ha scoperto quattro anni fa il triathlon: «Ho iniziato ad andare in bicicletta e nuotare come forma di recupero alternativo - spiega -. Oggi mi alleno

dalle due alle tre ore e mezza al giorno, per dieci sedute la settimana». A scuola cinque mattine su sette, prima di andare al lavoro si dedica ai pesi per scolpire i bicipiti che spuntano dalla canottiera nera e darle forza nella spinta in acqua. Poi in strada a correre o in bici fino al Majorana e ancora in quella che per i comuni mortali è la pausa pranzo. A Kona la profe di ginnastica si misurerà con una gara che andrà oltre le dieci ore. La parola «ironman» non è infatti scelta a caso, se si pensa che la distanza prevede tre chilometri e 800 metri di nuoto, quindi 180 chilometri in bicicletta e per finire 42 chilometri di corsa: una maratona, tanto per finire in bellezza. A seguirlo e incitarlo ci sarà il marito Claudio Andreoli, campione italiano di Enduro alla fine degli Anni Ottanta, da lei convertito al triathlon. «Questo sport mi affascina perché ti stimola a metterti sempre alla prova» spiega. Il viaggio nel Paese dell'olio di cocco è sempre più vicino, la sfida fa già sentire il suo profumo. Rita aspetta solo una telefonata.

Marta Todeschini

EDILCASA
2° SALONE INTERPROVINCIALE DELL'EDILIZIA E DELL'HABITAT
28-29-30 SETTEMBRE
01 OTTOBRE 2006
ORARI
GIOVEDÌ 28 e VENERDÌ 29
dalle 19.00 alle 23.00
SABATO 30 e DOMENICA 1
dalle 10.00 alle 23.00
INGRESSO GRATUITO - RISTORAZIONE - CONCERTI
PALAFIERA
NUOVO CENTRO FIERISTICO
Viale Kennedy - PALAZZOLO S/O (BS)
MANAGER PROMOTION Tel. 035.947777 - Fax 035.947784 - promofiera@redazionemil.it