

I TICINESI ALLE OLIMPIADI La 24enne sarà in gara martedì 7 agosto

Irene Pusterla: «Il sogno è la davanti che mi aspetta»

servizio di LUCA STEENS

Tutta l'attenzione del Ticino sarà focalizzata su Irene Pusterla per i Giochi olimpici 2012. La 24enne della Vigor Ligornetto sarà infatti l'unica atleta del nostro cantone impegnata a Londra, anche se della spedizione elvetica faranno parte anche l'amazzone Clarissa Crotta (vedi articolo qui sotto) e l'allenatore Pierluigi Tami (la cui intervista potrete leggere domani). La specialista del salto in lungo quest'anno si è gestita per arrivare al top della forma all'appuntamento di Londra, tanto che dopo la stagione indoor, ha centellinato le apparizioni, da una parte per seguire una marcia di avvicinamento mirata, dall'altra per contingenze venutesi a creare all'ultimo momento. Nonostante questi imprevisti Irene non ha mancato l'appuntamento con la qualifica olimpica sulla sua pista portafortuna di Chiasso, dove dopo aver staccato il 20 giugno il biglietto olimpico con la sua miglior misura stagionale (6,66 m), ieri ha incontrato la stampa prima della partenza. Nel mezzo da non dimenticare la bella prestazione messa in pedana agli Europei di Helsinki, nonostante le condizioni variabili e difficili, dove col 7° posto ha ottenuto il suo miglior risultato della carriera a livello internazionale.

Da Helsinki a Londra, la calda e magica estate di Irene continuerà ad incendiarsi. Ieri la momò è apparsa raggiante e soprattutto sollevata dalla notizia che il leggero risentimento tendineo accusato martedì scorso, e che le ha fatto saltare il meeting di Lucerna di due giorni fa, non è nulla di grave ed è ormai praticamente riassorbito: «Non è bello quando ti senti al massimo della forma fermarsi. Ma dopo l'infortunio i primi accertamenti mi hanno tranquillizzata, visto che emerso che non era nulla di grave. Mi dispiace solo non aver potuto gareggiare. Ma devo avere pazienza, perché il sogno è là davanti che mi aspetta».

Quali sono i tuoi sentimenti alla vigilia di questo appuntamento? Senti la pressione di essere l'unica ticinese?

Mancano ancora due settimane e mezza per me (le qualifiche sono previste martedì 7 agosto, ndr), quindi per ora ci penso ma non troppo. Di sicuro me ne renderò conto però una volta entrata nel villaggio olimpico. Di pressione non ne avrò, solo la felicità di esserci, e farò del mio meglio per onorare questo mio ruolo. Devo dire che d'altro canto mi dispiace essere l'unica atleta ticinese presente... Facevo il tifo in particolare per Marie Polli, con cui avevo già vissuto la splendida avventura di Daegu 2011, ma anche per sua sorella Laura, così come per Beatrice Lundmark. Mi dispiace anche per la situazione di Clarissa Crotta.

Quanto importante è per te il fatto che il tuo allenatore potrà seguirti da vicino? In una disciplina tecnica come il salto in lungo, è fondamentale essere seguiti passo per passo dall'allenatore. Avere lui al mio fianco mi permetterà di non cambiare le mie abitudini di av-



Irene Pusterla e Andrea Salvadè sono pronti per vivere il sogno olimpico.

(foto Maffi)

vicinamento alla gara, e di non perdere energie preziose nel villaggio olimpico. Naturalmente sono anche molto felice per lui a livello umano, che possa vivere con me quest'esperienza.

Ti sei già fatta un'idea di che gara sarà? Quali sono i tuoi obiettivi?

La meteo britannica sappiamo com'è. Già ad Helsinki ho dovuto lottare con delle condizioni difficili. Ma saranno uguali per tutte, quindi non mi preoccupano più di quel tanto. L'importante sarà adattarsi al meglio. L'obiettivo in qualunque caso sarà di essere soddisfatta dei miei salti, di saltare come so fare a Chiasso. Non per forza dovrò realizzare un nuovo record svizzero: l'importante è raggiungere le "mie" misure.

Salterai la cerimonia di apertura...

Purtroppo sì... Ne avevo già discusso con Andrea l'anno scorso quando avevamo capito che c'era la possibilità di qualificarci per Londra, perché mi sarebbe piaciuto esserci. Ma non c'è stato verso di convincerlo (ride, ndr). Sarebbe stato uno stress doppio qualsiasi soluzione avessimo adottato, ovvero andare e tornare da Londra per effettuare il campo di St. Moritz, oppure restare in Gran Bretagna per 10 gior-

ni prima della gara. Senza dimenticare le emozioni forti che si provano in quelle circostanze. Abbiamo scelto la via più saggia per non rovinare il lavoro fatto per arrivare a questo sogno. Ma ci sarò alla cerimonia di chiusura, e va bene così!

Il mentale è molto importante nella tua disciplina. Quanto ti aiuta in ottica Giochi il fatto di avere centrato per la prima volta la finale in un evento maggiore ad Helsinki?

È un risultato che mi dà tanta fiducia, così come l'esperienza già maturata l'anno scorso ai Mondiali a Daegu, dove già si viveva in una specie di villaggio... mondiale. Dimostrare di poter far risultato anche lontana da Chiasso, che rimane comunque la pista che più si adatta alle mie caratteristiche, dimostra che sto imparando ad adattarmi a ogni situazione, e questo non può che essere positivo per il mio futuro.

Sei uscita più forte anche da questa fase di preparazione "turbolenta"...

Non sono stati momenti facili... Vedere in allenamento di poter raggiungere la misura, e poi non sapersi esprimere in gara, non è stato evidente da digerire. Ma poi è arrivato Chiasso, e la qualifica. Da lì mi sono sbloccata!

la scheda



Irene Pusterla è nata il 21 giugno 1988 e risiede a Ligornetto. L'atleta della Vigor (176 cm x 64 kg) è attualmente impegnata anche come studente in psicologia presso l'Università di Losanna. La ticinese è la miglior specialista

svizzera del salto in lungo di sempre, visto che detiene il record nazionale con 6,84 m, stabilito l'anno scorso a Chiasso. Suo pure il record indoor con 6,71 m, stabilito a Parigi nel 2011. A livello internazionale la quattro volte campionessa svizzera (2008-2011) ha partecipato ai Mondiali 2011 di Daegu (10° nel suo gruppo di qualifica) e a quelli indoor di Istanbul 2012 (12° nella qualifiche), mentre a livello di Europei è giunta 7° in finale (indoor) nel 2011, mentre è stata eliminata in qualifica sia Barcellona 2010 che a Torino 2009 (indoor). Ha chiuso 3° alla Weltklasse di Zurigo del 2010.

L'allenatore

Salvadè: «Essenziali, vincenti»

La determinazione di non andare a Londra solo per "esserci" e l'orgoglio di avercela fatta a staccare il biglietto olimpico, si potevano leggere chiaramente ieri negli occhi dell'allenatore Andrea Salvadè, che ha avuto il privilegio pure lui di entrare a far parte della delegazione olimpica svizzera: «Potere essere presente in maniera ufficiale nella spedizione è una gran gioia, e sono sicuro che sarà un'esperienza eccezionale». Al mentore di Irene Pusterla è toccata l'introduzione della conferenza stampa di ieri, dove ha spiegato la marcia di avvicinamento alle Olimpiadi 2012. «Al contrario di quanto tutti hanno pensato e pensano tuttora, non è stato così scontato confermare la pre-qualifica dello scorso anno centrando un limite B in questo 2012. Forse solo Irene ed io sapevamo quanto sarebbe stato difficile, e quale lavoro sarebbe occorso per raccogliere i frutti di questo progetto di 4 anni. È stata una stagione dura questa, dove abbiamo dovuto essere essenziali, e senza compromessi, per vincere contro un piano di avvicinamento a Londra che per cause di forza maggiore ha dovuto essere più volte cambiato. Ma non ci siamo lasciati abbattere, e ce l'abbiamo fatta. È stato un percorso molto tortuoso, perché dopo aver annullato le prime due gare di fine aprile, a causa dell'influenza Irene non ha potuto gareggiare nemmeno a Huttwil. In un concorso in Italia abbiamo però verificato che eravamo giusti sulla tabella di marcia, così come a Monaco. In mezzo e dopo però ci sono state due gare catastrofiche, che non valevano quanto mi dicevano i parametri raccolti in allenamento. Abbiamo allora fatto una riunione di crisi e un allenamento speciale tre giorni prima di Chiasso, e c'è stato il "clic" e la qualifica. Insomma, la forma c'era, e i risultati non potevano non arrivare».

A quel punto mancavano 5 settimane alla gara olimpica: «Abbiamo rinunciato ai Campionati svizzeri e Irene ha rinviato un secondo esame che doveva sostenere all'università, per seguire la strategia di avvicinamento. L'infortunio non grave di settimana scorsa ci ha costretti di nuovo a una piccola modifica dei piani e a rinunciare al meeting di Lucerna, ma non ci è costato nulla a livello di forma, anche perché abbiamo potuto continuare ad allenarci ma con il... freno a mano tirato. Irene ha in questo momento i migliori parametri di forza, esplosività e velocità di sempre. L'ecografia di ieri ha evidenziato che è di nuovo tutto in ordine, quindi dopo due altri due giorni "alleggeriti" torneremo ad incrementare l'intensità la prossima settimana. Poi da sabato 28 luglio ci trasferiremo a St. Moritz per l'ultima settimana "a fuoco". Irene tornerà a casa il 2 agosto, sabato 4 avremo il volo per Londra, domenica faremo un allenamento e spero che avremo la possibilità di visitare il campo di gara per farci un'idea a livello di logistica, lunedì faremo una messa in moto leggera, e martedì sarà il grande giorno».

(LS)

equitazione: la 34enne ticinese fungerà da riserva per la squadra di salto



Pure Clarissa Crotta a Londra

Quando un atleta si prepara per andare alle Olimpiadi, di solito è al settimo cielo. Lo stato d'animo di Clarissa Crotta invece non è dei più felici in questa vigilia dei Giochi, nonostante faccia parte della selezione elvetica di equitazione che partirà per la Gran Bretagna. La 34enne ticinese infatti fungerà solo da riserva, e quindi se nessuno dei quattro binomi titolari avrà dei problemi, le toccherà fare da spettatrice e tifosa al concorso di salto a squadre, senza poter difendere attivamente i colori rossocrociati. Una delusione resa ancora più amara dal fatto che in un primo tempo la Federazione l'aveva selezionata per far parte del quartetto base con il suo Westside. Poi la decisione di invertire i ruoli con Paul Estermann, che con Castlefield Eclipse ha ottenuto ottimi risultati nelle ultime settimane, facendo cambiare idea ai tecnici nazionali. La Crotta non ha ancora voluto esprimersi pubblicamente su questa scelta avvenuta in un secondo momento, ma c'è da sperare che possa digerire la delusione e gustarsi comunque appieno l'emozione di far parte della più importante manifestazione del mondo. Prima di lei c'era già riuscito suo fratello Fabio, 5° con la Svizzera nell'edizione di Atene 2004.