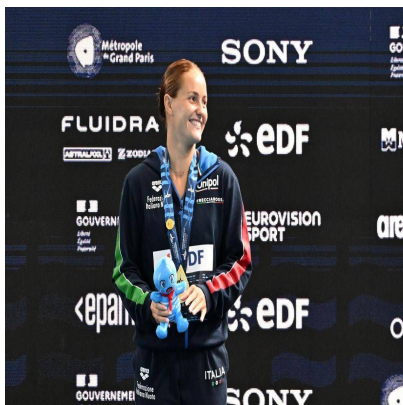




Pellacani: «Cinque ori, il servizio di papà e la telefonata di Giorgia Meloni, vi racconto i miei Europei».

Descrizione

(Adnkronos) «Immaginate di vincere cinque ori agli Europei, in una settimana. E poi, tornati a casa, di ricevere pure tra centinaia di messaggi una telefonata del presidente del Consiglio. A Chiara Pellacani, regina azzurra dei tuffi, il successo dopo il pokerissimo nella rassegna continentale di Parigi: «La chiamata di Giorgia Meloni è stata davvero inattesa». racconta la campionessa azzurra all'Adnkronos. La premier si è congratulata per le imprese sportive, ma per la 23enne si tratta di successi che vanno oltre i semplici numeri e il palmares: «Mi ha fatto un sacco di complimenti, ci teneva a parlarmi di persona. Ha detto che sa bene quanta determinazione e sacrifici ci sono dietro i risultati sportivi».

Cinque ori in un'edizione degli Europei, una cosa mai vista. È consapevole dell'impresa?

«Io e il mio allenatore Tommaso Marconi lo avevamo detto poco prima di partire: «Perché non proviamo a vincere tutte le gare?». Alla fine ci siamo riusciti, ma ho vissuto tutto giorno per giorno, un passo per volta. Senza mettermi troppe pressioni».

In due anni è passata dal momento più complicato della sua carriera al più bello. Cosa è cambiato?

«Le Olimpiadi di Parigi, con l'amarrezza per quei due quarti posti, sono solo una parte del mio percorso. Mi hanno aiutata a crescere, a capire tante cose e ad avere più consapevolezza di me come atleta. Sono state un nuovo punto di partenza. Dopo i Giochi ho avuto bisogno di una pausa, dovevo riprendermi a livello mentale. Per un periodo mi sono anche data alla boxe. Poi ho ricominciato gli allenamenti e mi sono detta: «Chiara, vivitela». Senza pensare ai risultati. Quelli sono arrivati grazie alla serenità».

Ecco, come si trova la forza per rimettersi in gioco?

La cosa importante è imparare dai momenti più difficili e pensarli come una lezione, cercando di capire dove migliorare. Senza vivere un risultato negativo come una delusione e basta. Io che imparo di più, che ti conosci meglio come persona e come atleta. Io da quell'esperienza ho capito tanto, penso di essere cresciuta.

La sua testa gira a Los Angeles?

È un obiettivo a lungo termine ed è sempre presente, ma ci arriverò al meglio solo attraverso obiettivi intermedi e più vicini. Cerco ogni giorno di alzare la qualità dei miei tuffi, anche in allenamento. Lavoro per avvicinarmi alle tuffatrici cinesi e raggiungerle. A certi livelli, bisogna mantenere costanza.

Ma a cosa si pensa prima di un tuffo che vale un oro?

Ciò che provo a fare sempre, pure in allenamento, è creare una bolla per evitare che entri qualsiasi distrazione. Mi concentro su quello che dice il mio allenatore e mantengo il focus sull'obiettivo. Nient'altro.

Si racconta molto sui social. Se potesse mostrare ai suoi follower una sola scena della sua vita da atleta che di solito nessuno vede, quale sceglierebbe?

Molte volte le persone pensano che sia giusto una questione di tuffi. In realtà facciamo una grande preparazione fisica in palestra e penso sia importante mostrare questa parte della nostra vita. Non si tratta solo di andare in gara e fare cinque tuffi.

È vero che tra un tuffo e l'altro passa il tempo disegnando?

L'abitudine è nata un paio d'anni prima delle Olimpiadi di Parigi. Cercavo qualcosa da fare per intrattenermi soprattutto durante le eliminatorie dei Mondiali, che hanno tempi di attesa lunghissimi, con tuffi anche ogni mezz'ora. Volevo rilassarmi senza perdere la concentrazione, così ho portato con me un libro da colorare e la cosa è diventata un'abitudine.

Suo padre, giornalista, le ha dedicato un servizio tv per il tg. È stata una sorpresa?

Sì, papà me lo ha mandato appena finito e mi sono emozionata un sacco. È il ricordo più bello dei miei Europei.

È molto legata alla sua famiglia e da qualche anno vive e studia in America. Come percepisce questa lontananza?

Ha stretto il rapporto con mamma e papà, ma anche con i miei fratelli. Ora valorizziamo ancora di più i momenti passati insieme. E poi ci teniamo sempre in contatto, anche quando sono dall'altra parte del mondo. Nelle nostre chiamate di famiglia ci raccontiamo un po' tutto.

In un'intervista alla Gazzetta dello Sport ha parlato del sostegno che in America viene dato agli studenti-atleti. Qual è la differenza rispetto all'Italia?

Lo studente-atleta è considerato e valorizzato anche per il grande impegno che mette nello sport. Quest'anno, quando tornavo per esempio da qualche gara andata bene, i professori mi facevano i complimenti in classe e a volte iniziavano le spiegazioni aprendo i Power Point con una mia foto. Per loro è un orgoglio, perché rappresentiamo l'università. In Italia manca questo aspetto, lo sport viene spesso percepito come qualcosa che toglie tempo allo studio.

Si è laureata in Psicologia e ora sta facendo un master in comunicazione sportiva. Ha già in mente la sua vita dopo i tuffi?

Ogni tanto provo a pensarci, ma ancora non ho una risposta. Per ora mi sono concentrata sullo studio di cose legate alle mie passioni, senza avere idee chiare sul futuro. Speriamo che, prima o poi, arrivi l'illuminazione.

Se potesse scambiarsi con un altro atleta per un giorno, chi vorrebbe essere e perché?

Provarei uno sport di squadra, vorrei vivere quel contesto. Non sono abbastanza alta, ma mi piacerebbe la pallavolo (sorride). E chissà, magari essere per un po' Paola Egonu.

I 5 ori agli Europei varranno un nuovo tatuaggio?

Ne ho 21 e nell'ultimo anno non ne ho aggiunti, ma chissà. Dovrò pensarci. Il tempo non manca.

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Agosto 12, 2026

Autore

redazione