



federazione italiana sport paralimpici
degli intellettivo relazionali

Rassegna Stampa



Martedì 28 Agosto 2018

Campionessa Down «sfonda» a bracciate

Camilla e le compagne: gli Ori ai Mondiali di nuoto in Canada

Due loro mamme hanno fondato l'associazione Blu Aliké

«I limiti dei nostri figli nel confronto agonistico si trasformano»

Si allenano con le atlete normodotate con benefici per tutti

«Condividono le emozioni e ciascuno ha qualcosa da insegnare»

di **VALERIO VECCHIARELLI**

Camilla nuota da sempre, papà Ettore e mamma Flavia l'hanno portata in piscina che aveva appena imparato a camminare perché avevano capito quanto fosse importante lo sport per le bambine come lei. Oggi è campionessa del mondo di nuoto sincronizzato, è tornata da Truro, Canada, con 3 ori al collo conquistati alla rassegna iridata della Dsiso (Down Syndrome International Swimming Organization) nel singolo, nel duo e nella squadra. Un trionfo che profuma di passione e infiniti giorni di emozioni senza prezzo, per lei, per Alessia Lucchini ed Elisa Filardo, presidente e vice, allenatrici in acqua, ideatrici e fondatrici di Blu Aliké, la onlus nata da un'idea di Flavia Marcelli e Magda Casa, le mamme delle campionesse, costruita su un progetto trasformato in realtà da Alessia e Elisa.

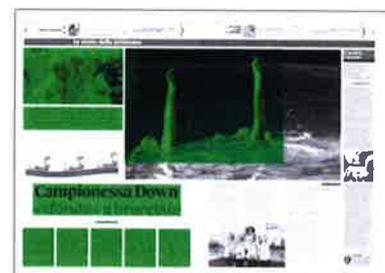
Camilla Feroci è romana, ha la sindrome di Down, come le sue compagne di successi Livia Travia, Marta Cantera e Martina Sassani, come tante delle ragazze che con lei a Roma frequentano la piscina del circolo delle Muse ai Parioli e sognano un giorno di nuotare nel bel mezzo di una competizione importante. «Lo sport è fondamentale - racconta mamma Flavia - perché aiuta a mettersi in gioco, a confrontarsi con i propri limiti che, purtroppo, per le nostre ragazze sono evidenti. I limiti che noi pensiamo abbiano i nostri figli nel confronto agonistico si trasformano, diventano altri. Dovreste vederle in acqua, si nota solo una leggerezza che è la loro leggerezza e

una immensa voglia di vivere. E in quel momento per noi sono solo e semplicemente atlete, nient'altro».

Alessia Lucchini non smetterebbe di raccontare i suoi sentimenti, due anni fa ha tenuto a battesimo Blu Aliké perché voleva creare qualcosa di nuovo, di diverso, proprio perché non considera diverse le sue ragazze. Lei in acqua ha passato una vita, era a Sydney da protagonista con la squadra azzurra di nuoto sincronizzato ai Giochi Olimpici del 2000, poi si è laureata, ha iniziato a lavorare nel campo della riabilitazione fisica e neurologica, pensando sempre a qualcosa da fare per chi la vita ha costretto a confrontarsi con le difficoltà. Con Elisa, insegnante di educazione fisica anche lei ex sincronette, ha partecipato a diversi programmi di integrazione, ma qualcosa non le piaceva, le sembrava di lavorare in un ambito in cui il diverso è e rimane tale. Idee e emozioni si sono incontrate e così in coppia hanno preso il coraggio a due mani e fondato Blu Aliké dove in acqua vanno insieme ragazze Down e normodotate: «Un'opportunità di crescita per noi - racconta - e per tutti coloro che decidono di seguirci; noi divertendoci siamo andate oltre quel pietismo che non fa bene ai nostri ragazzi. Lavoriamo con atleti che hanno difficoltà evidenti, riconosciamo i loro limiti e la loro disabilità, gestiamo i loro momenti di immenso entusiasmo e repentine depressioni, ma da loro pretendiamo sempre il massimo, quando ci si allena li spingiamo fino allo sfinimento».

E le ragazze Down nuotano, nuotano, nuotano: «La cosa importante e

chiara a tutti è che noi non vogliamo e non possiamo cambiare le loro vite. Le vediamo crescere perché imparano a rispettare le regole che solo lo sport sa imporre, diventano squadra, sanno che se c'è da essere puntuali devono farlo, perché vanno in acqua insieme con ragazze normali che di certo non hanno i loro snervantanti tempi lunghi, non sono sgre come loro. Ma alla fine chi riceve di più da questo impegno siamo noi che non dobbiamo convivere con la disabilità: ci insegnano la capacità di esprimere emozioni, di non avere freni, di prendere senza remore tutto ciò che la vita ti offre. Una bambina di 12 anni è a disagio quando deve confrontarsi con i propri sentimenti e allora ricevendo un abbraccio carico di affetto da una ragazza Down capisce che è bello non aver paura di dimostrare ciò che si ha dentro. In piscina da noi succede tutti i giorni...». A Blu Aliké hanno inventato l'integrazione al contrario: «Sì, è vero, era l'unico modo per abbattere un po' di muri. I genitori dei ragazzi normodotati ci hanno seguito nella sfida e dovete vederli come sono entusiasti quando, alla fine di ogni stagione, concludiamo la nostra attività con una esibizione collettiva. È



tutto molto faticoso, ma molto di più emozionante, è un'occasione unica per vedere da vicino altri aspetti del mondo».

Alle prese con il tappanaso

Prima dei mondiali canadesi Camilla, Marta e le loro compagne di squadra sono andate in ritiro collegiale a Fuggi, Bressanone, Chiavari, hanno lavorato sodo per raggiungere l'obiettivo, sempre alle prese con

il tappanaso, lo strumento indispensabile per ogni sincronette: «Prima di ogni gara lo mettono e lo tolgono mille volte e 9 volte su 10 durante la competizione lo perdono. Sono fatte così, prendere o lasciare». Avvicinandosi al giorno della gara Camilla ha stressato Elisa, la sua allenatrice: «Tu ci sei? Ci sarai? Sarai lì con noi?». «Certo che ci sarò» l'ha rassicurata Elisa: «Allora se è così vado e sfondo» ha sentenziato. E così è andata. E ha sfondato.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La tecnica

Il nuoto sincronizzato richiede capacità acquatiche, forza, resistenza, flessibilità, grazia, abilità artistica, un'esatta coordinazione dei tempi e padronanza dell'apnea subacquea. Le atlete del nuoto sincronizzato vengono comunemente chiamate

«sincronette». I loro movimenti sono scanditi all'unisono, contando in otto tempi per ottenere contemporaneamente la massima sincronizzazione. Esse riescono a sentire la musica anche sott'acqua grazie a degli altoparlanti stagni detti «subacquei»



Nella foto a sinistra l'allenatrice Elisa Fiorio, baciata da Livia Travia, è accanto a Camilla Feroci. Qui a fianco: un'immagine della prova di nuoto sincronizzato delle giovanissime atlete durante i recenti mondiali di Truro, in Canada

