



L'INTERVISTA

Rossano Galtarossa

EVERGREEN

Per l'atleta padovano
il prossimo luglio
i Giochi numero 6



L'IMPEGNO

«Il talento da solo
non basta: occorre
allenarsi sempre»

«Le mie Olimpiadi sono iniziate vent'anni fa»

di **Alberto Beggiolini**

Quello che a quarant'anni farà l'Olimpiade. Quello che di Olimpiadi, comunque, ne ha già fatte cinque (unico in Italia, in teoria superato da Josepha Idem, kayak individuale, che ne ha fatte sette, ma a due di queste ha partecipato con i colori della Germania; e da Raimondo D'Inzeo, ai Giochi per 8 volte, ma in uno sport ben meno faticante, quale l'equitazione). Quello che i suoi odierni compagni di allenamento sono nati quando lui conquistava un bronzo a Barcellona, nel '92.

Quello che ha pensato tante volte a mollare («m'era capitato di pensare a cosa avrei fatto "da grande"...»), ma che poi immancabilmente ha trovato stimoli e voglia per riprendere, più di prima.

Quello è Rossano Galtarossa, un marcantonio dallo sguardo limpido, la leggenda ambulante, anzi galleggiante, del canottaggio mondiale: prima Olimpiade vent'anni fa, l'ultima («l'ultima? sì, forse, ma non mi piace pensarlo...») tra pochi mesi, a Londra, in una formazione che vedrà con lui altri tre ragazzi, di 28, 24 e 23 anni.

Ma dove trova tutta quest'energia?

«Eh, è questione di disciplina, volontà, allenamento. Ma è una faccenda stupenda, un'Olimpiade: la tensione prima della gara, la parten-

za, l'esaltazione di superare i propri limiti. Emozioni forti: sono quelle che ti spingono a non mollare, a continuare a prepararti anche nel freddo dell'inverno».

Non esiste il meteo avverso, ma la poca disponibilità. A lei invece non manca...

«Per forza di cose ragiono da atleta, mi alleno duramente tutti i giorni e sono spessissimo lontano da casa, circa tre settimane in un mese. Mia moglie aspetta che arrivi il momento in cui comincerò a fare il marito e il padre a tempo pieno. Questo fine settimana, intanto, sarò a Piediluco, per il primo meeting nazionale, nessuna medaglia in palio, solo un grande confronto. Per noi della nazionale sarà occasione per un'ulteriore valutazione».

Perché nessuno può mai essere sicuro di niente, fino all'inizio dei Giochi?

«Esatto, e la tensione cresce. Bisogna sempre valutare il tasso dello stress, e stare attenti a non superare la soglia giusta».

E dire che in salotto di medaglie ne ha già esposte tante.

«È vero. Ed è difficile arrivare in alto, ma molto facile scengere giù. Per questo conta la costanza dell'impegno. Il talento va bene da ragazzi, ma un talento senza la preparazione, da grandi, non serve a nulla».

Si sente pronto?

«Spero di poter continuare

la preparazione, senza intoppi, per arrivare all'appuntamento dei Giochi con la consapevolezza di aver lavorato al meglio. Si raccoglie ciò che si semina, e credo finora di aver fatto bene. Pensi che i miei parametri fisici sono oggi migliori di quelli che avevo fatto registrate quattro anni fa».

Dicono che abbia anche

cambiato dieta...

«È vero, oggi seguo una dieta a zona, per circa 4 mila calorie al giorno: tanti carboidrati (40%), con frutta e verdura, niente pasta, proteine di carni bianche o pesce (30%) e grassi, con olio di oliva o mandorle (30%). Funziona: non sono mai stato così magro e in forma, pronto per i miei dodici allenamenti a settimana. Io mi ascolto, sento il mio fisico, e sono contento: in linea con i miei compagni ben più giovani».

Lei è supportato da tanto affetto ma anche da tanti sostenitori, istituzionali e non. Su di lei è stato anche confezionato un progetto ad hoc.

«Sì, si chiama "Andiamo a Londra": è un'iniziativa, già lanciata quattro anni fa in occasione dei Giochi di Pechino, che mi sostiene, economicamente ma non solo, in quanto atleta "del territorio", permettendomi di allenarmi al meglio prima delle Olimpiadi».

Perché lei non ha stellette

sulle spalle, non è stato "arruolato" nelle varie for-



mazioni sportive militari?
«No, anche perché fui riformato alla visita di leva: soffrivo, dissero, di una vaga aritmia cardiaca. Quindi, niente servizio militare, e dopo ovviamente niente squadre con le stellette».

Aritmia che però, evidentemente, non era niente di che...

«Per fortuna no, anzi da esami approfonditi è venuto fuori che sotto sforzo quell'aritmia si normalizzava».

Una bella cantonata. Lo sport militare, però, consente agli atleti italiani di guadagnare qualche euro anche praticando discipline non esattamente remunerative...

«È vero. Ma io sono rimasto sempre un "civile" e mi sono dovuto arrangiare. Dal Cus, con cui iniziai, passai dopo alla Canottieri, dove mi hanno davvero aiutato, per quanto possibile, garantendomi la possibilità di continuare l'attività agonistica».

Nel novembre 2010 quel circolo sembrava destinato a morte certa...

«Ricorderò sempre quei giorni d'inizio novembre, con la Canottieri sommersa da oltre due metri d'altezza. Mi infilai la mia muta da immersione per cercare di salvare qualcosa. Mi ricordo di aver visto sulle scale un poster rimasto miracolosamente asciutto: era un poster di Galtarossa, io che dal muro mi guardavo sprofondato nel fango. In quel momento mi sembrò un segnale chiaro: il circolo andava salvato a tutti i costi, nonostante tutti coloro che invece lo davano già per spacciato».

La sua preparazione, fisica e mentale, sono costantemente portate ad esempio. Tanto che è stato indicato spesso quale ottimo "motivatore". Si ritrova in questa definizione?

«Non so se sono un buon esempio. So però che la preparazione e la volontà sono tutto. È un concetto che ho cercato di trasmettere ai ragazzi, negli incontri che tengo nelle scuole. Ma va ricordato anche l'evento "Vincere con la testa", idea-

to da amici che lavorano nella comunicazione, durante il quale mi confronto con il mondo delle imprese, raccontandomi ai manager e fornendo loro spunti di riflessione e nuovi stimoli per migliorare le proprie performance lavorative».

Come reagiscono i manager?

«Direi bene, è andata alla grande perfino a Torre del Greco, terra degli Abbagnale... Pensi che spesso abbiamo dovuto chiudere le iscrizioni anzitempo perché la sala era già al completo».

Potrebbe diventare questa un'attività strutturata da fare "da grande"?

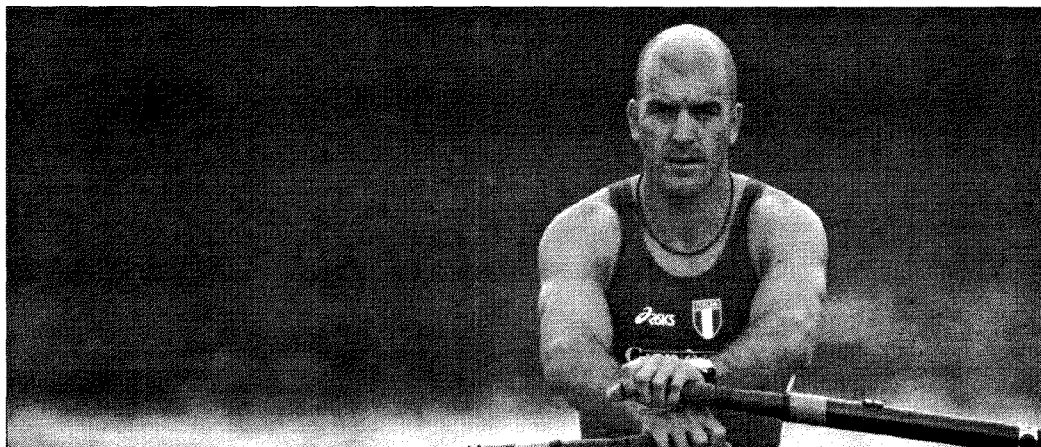
«Beh, non sarebbe male. Ci penserò dopo qualche altra Olimpiade...».

© riproduzione riservata



ANDIAMO A LONDRA

Il supporto di enti e privati al supereatleta "del territorio"



LA SCHEDA

Nato a Padova il 6.7.1972. Peso kg. 100. Altezza m. 2,00. Specialità Senior 4 di coppia. Stato civile: coniugato. Prima società: CUS Padova. Società attuale: S.C. Padova. Primo tecnico: Giorgio Bovo. Tecnico attuale: Alberto Rigato. Altri sport: mountain bike, nuoto. Hobby: lettura, informatica.

Qualificato il 2.9.2011 come posto Nazionale.

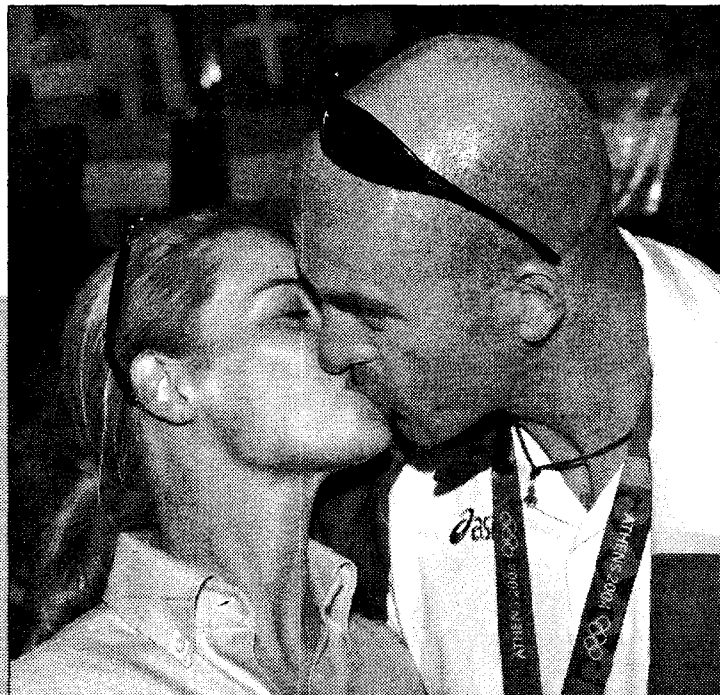
Palmares
Giochi Olimpici: 3° Barcellona 1992 quattro di coppia; 4° Atlanta 1996 quattro di coppia; 1° Sydney 2000 quattro di coppia; 3° Atene 2004 doppio; 2° Pechino 2008 quattro di coppia. Campionati Mondiali: 1° 1994-95-97-98 quattro di coppia; 3° Lucerna 2001 doppio; 3° Siviglia 2002 quattro di coppia; 2° Milano 2003 doppio; 4° Monaco 2007 quattro di coppia; 6° Bled 2011 quattro di coppia. Campionati Europei: 7° Brest 2009 quattro di coppia.



UN COLOSSO

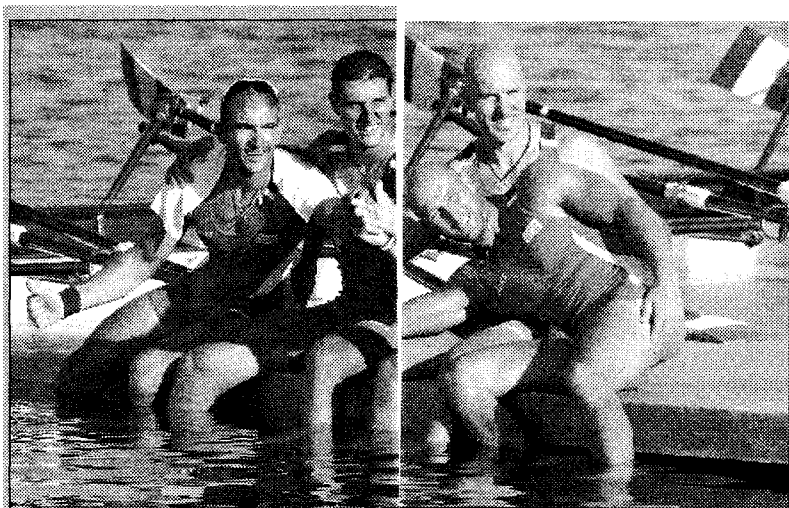
Classe '72, è alto
2 metri per 100 kg

Rossano Galtarossa è nato a Padova il 6 luglio 1972, è alto due metri e pesa un quintale. È coniugato con Elisa ed è padre di Adele. Il primo titolo arriva nel 1988, quando vince i campionati italiani giovanili. La sua carriera lo vedrà trionfare per cinque volte (una giovanile e quattro seniores) ai campionati del mondo (in totale salirà sul podio in dieci edizioni).



PORTFOLIO

Qui sopra Galtarossa con la moglie Elisa. A destra Luca Agamennoni, Simone Venier, Rossano Galtarossa and Simone Raineri in Cina, nel 2008



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



IL MEDAGLIERE

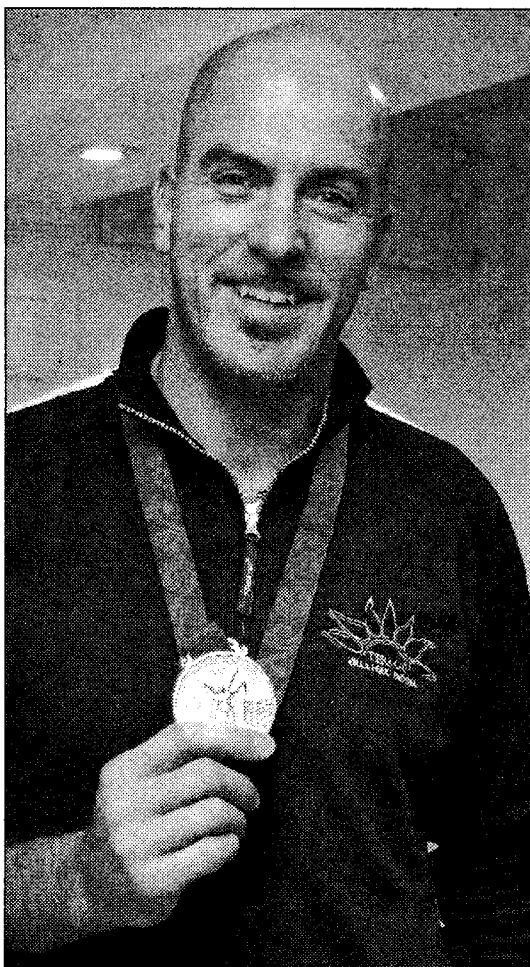
Da Barcellona 1992 a Pechino 2008

Ha partecipato già a cinque Olimpiadi: bronzo a Barcellona 1992 e ad Atene 2004, argento a Pechino 2008 e oro a Sydney nel 2000. Ad Atlanta 1996 giunse quarto. È l'unico canottiere italiano ad aver vinto per cinque anni consecutivi il titolo nazionale nel singolo. Ha iniziato a gareggiare con il Cus, ma da molti anni veste la maglia della Canottieri. Innumerevoli le onorificenze.



QUATTRO DI COPPIA

Agostino Abbagnale, Alessio Sartori, Rossano Galtarossa e Simone Ranieri: oro a Sydney 2000



ORO

È quello di Sydney 2000. Qui sotto l'incontro di ieri pomeriggio con il pubblico, al FlashPoint di via VIII febbraio

SUPERFLASH

Tanti giovani per i "segreti" del campione

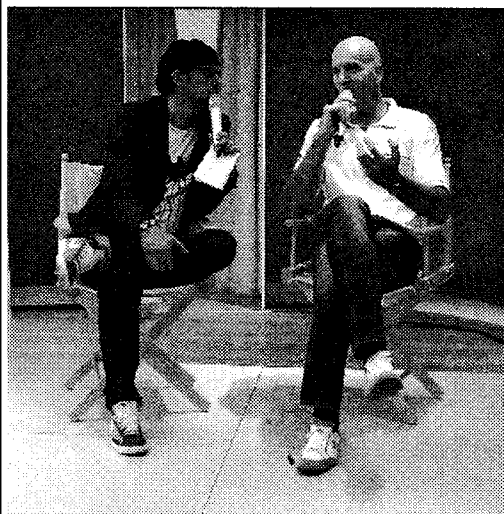
(D.P.) Rossano Galtarossa ha incontrato ieri un gruppo di giovani padovani nell'ambito delle iniziative promosse dal punto Superflash della Cassa di risparmio in via VIII settembre. Uno dei pochi atleti italiani ad essere andato a podio in quattro diverse olimpiadi, recita la pagina a lui dedicata da Wikipedia: «Sì, ma fino qualche tempo fa - ha osservato con una certa ironia l'olimpionico di Sydney - c'era ancora scritto che ero un ex atleta... Comunque è vero, ho una bella bacheca, ma non ho ancora esaurito la voglia di infilarci qualche altro trofeo».

Nel 2004 (dopo Atene) si era ritirato, ma due anni dopo fu ufficializzato il suo rientro: «Per ricominciare bisogna mettere da parte ciò che si è già ottenuto e pensare al futuro come un libro bianco. Ottenere un risultato importante costa tantissima fatica e dopo una

già perso! Il problema è proprio questo: accettare il fatto che dovrai fare ancora più fatica per restare competitivo».

Per andare a Londra c'è una bella lotta nella squadra italiana di canottaggio: «Già, siamo in otto per quattro posti! Scherzando, ma neanche tanto - ha aggiunto Galtarossa - di recente ho detto che i giovani dovranno sputare sangue se vorranno farmi fuori. Ma va bene così, bisogna che la selezione sia al massimo livello, inoltre gli stimoli derivano dalla rivalità con i tuoi compagni, prima ancora che con gli avversari».

Oggi la leggenda padovana del canottaggio andrà in Umbria dove si svolgerà un meeting nazionale: «Non ho più l'esuberanza di Sydney - ha concluso - ma l'esperienza mi aiuta a fare le cose giuste al momento giusto».



vittoria olimpica si rischia di essere sazi. Anche perché sai che gli altri ti vogliono battere e quindi miglioreranno, perciò se tu ti ripresenti allo stesso livello di prima, in pratica hai