

Sabato 11 Giugno 2016

di **DANIELE PERBONI**

La ragazza è un vero e proprio “animale da gara”. Così la definisce il suo allenatore, Salvatore Naso detto “Saro”. La ragazza, diciassette anni compiuti nel marzo scorso, risponde al nome di Marta Zenoni. Bergamasca, famiglia sportiva (madre e sorella maggiore mezzofondiste), è un gioiellino che l’atletica italiana attendeva da tempo, forse troppo. Da quando era nella categoria “cadette” macina vittorie e record a profusione. Nel 2015 si è piazzata terza ai Campionati mondiali allievi (al limite dei 18 anni) e non era certo contenta del risultato. Il 2016 è iniziato ancora meglio. Oltre al doppio titolo italiano indoor, 800 e 1500 metri, dei tricolori assoluti, lunedì 6 luglio ha sbriolato l’ennesimo record: 2’01”91 sugli 800. Ma non basta.

Quel meraviglioso risultato, per una della sua età si intende, è anche la miglior prestazione mondiale under 18 e la terza under 20 del 2016. Prima fra le ragazze europee. Di più: il crono le spalanca le porte per i Campionati Europei di Amsterdam. Insomma, ci troviamo davanti a un vero portento. Un piccolo fenomeno che l’uomo addetto alla sua maturazione sportiva fatica a tenere a bada.

“Devo frenarla, tecnicamente voglio farla crescere il meglio possibile. Ha ancora molto da imparare, specialmente nel doppio giro. Deve usare meglio i piedi, essere più reattiva”. Un tecnico dai sani principi. Che non mette in primo piano fama, gloria e successi grazie a un fenomeno capitato gli fra le mani. “In allenamento devo continuamente litigare per farla andare piano. Vorrebbe spaccare il mondo”. Come deve essere a quell’età. Ma a diciassette anni una ragazza deve anche divertirsi, studiare, seguire i ritmi di una vita normale e non rimanere soffocata da allenamenti lunghi e stressanti. Abbiamo visto tanti giovani talenti bruciarsi in fretta per aver spinto troppo sull’acceleratore.

“Da quando è venuta da me, faceva ancora la prima media – continua il signor Saro –, ho capito subito che si trattava di un talento puro. Ma l’ho allenata seguendo i suoi ritmi di crescita. Attualmente si prepara come una normale allieva: quattro allenamenti la settimana. E quando inseriamo il quinto è solo per fare una lunga sgambata. Mai fatto lavori specifici per gli 800”. Niente pesi o carichi massimali.

Il risultato di Bellinzona quindi è venuto così, naturalmente. “Dopo la caduta al Golden Gala era furiosa”, racconta il tecnico. “Voleva subito riprovarci. Eppure ne è uscita piuttosto malconcia, con diversi lividi. Ma non c’è stato nulla da fare. Appena si è presentata l’occasione ha insistito per rientrare in pista. Paradossalmente quella è stata la gara più brutta che abbia mai corso. È andata fuori giri. Partenza lenta, il tratto fra i primi cento e i duecento velocissimo per recuperare terreno. Passaggio ai 400 in poco più di 58 secondi. Finale bruciante, era stravolta. In vita sua era la prima vera gara tirata al massimo. Non riesco a capire come abbia potuto

chiudere in 2:01. Ha tirato fuori energie insospettite. Paradossalmente, se fosse passata qualche secondo più lenta ai 400, avrebbe fatto molto meglio”.

Ora la ragazza e il tecnico hanno davanti un grosso dilemma. Fermo restando che Marta prenderà parte ai Campionati italiani di categoria (17-19 giugno a Jesolo) e agli Assoluti (24-25 giugno a Rieti), potrebbe anche partecipare ai Campionati Europei (6-10 luglio) e a quelli U-18 (Tbilisi, Georgia, dal 14 al 17 luglio). Sinceramente un tour de force notevole. Saro Naso è indeciso. vuole prendersi qualche giorno, ...

Fra le atlete del passato, a chi può somigliare Marta? “Saro” Naso non ha dubbi: “Alla Dorio. Forse è anche più ‘cattiva’, e senza dubbio più potente”. Se tanto mi da tanto, ...

Per la stagione di Marta, consultare la sezione TOP TEN.