

Venerdì 20 Maggio 2016



Il suo 14'34"04 di Londra - il secondo più veloce 1500 mai nuotato al mondo - entra con prepotenza nella storia e ne fa il N. 1 dell'intera squadra olimpica italiana. Sarà difficile battere Gregorio, dopo quanto ha fatto vedere agli Europei, con quella nuotata del tutto personale, asimmetrica come la definiscono i tecnici, con grande trazione di braccia. Non tanto per aver riscritto il "suo" primato europeo, se vogliamo un dettaglio, sia pure scavato per un abisso di 5 secondi e mezzo rispetto al 14'39"67 di Kazan. Quanto per la sicurezza che mostra in acqua, quasi la spavalderia, la spavalda simpatia dei 21 anni, col perenne sorriso a 32 denti e la battuta pronta, un atteggiamento che fa sembrare tutto facile, tutto a portata di mano. La faccia più pulita dello sport italiano. In attesa di sapere cosa va capitando al misterioso cinese Sun Yang, il primatista del mondo (14'31"02) che solo potrebbe resistere al suo ritmo, resta lui il favorito per Rio.

Rispetto alla concorrenza che per ora si focalizza negli australiani Mack Horton e Jack McLoughlin, oltre che su Detti, le caratteristiche morfologiche di Gregorio parlano di un galleggiamento straordinario che gli consente di risparmiare energia in gara. A chi poi ricorda che - arrivato ormai a reggere 43/45 cicli di nuotata al minuto - Greg non perde un 1500 da un paio d'anni, Stefano Morini, livornese settantenne che lo allena a Ostia assieme all'altro 21.enne Gabriele Detti, non fa previsioni. Ma si compiace, quasi si commuove, per quanto ottenuto finora coi "gemelli".

E, pungolato, sciorina le massicce dosi di lavoro che impone ai due ragazzi, ma soprattutto ricorda che, per sopportarle e interpretarle al modo corretto, alla base ci deve essere "il legno buono", volontà e carattere. Un programma articolato che di norma prevede 10 sedute

settimanali di 7-8 chilometri, seguite da una buona dose a secco in palestra. E, ancora, altri 4 chilometri nel giorno della gara, conclusi da un 400 di messa a punto poco prima della camera di chiamata. Senza tralasciare la preparazione atletica e il lavoro biomeccanico. "Un allenamento mostruoso, quello che fanno", chiosa il "Moro", un po' orgoglioso del suo metodo e delle risposte dei suoi allievi.

Tanto che in TV, archiviata l'impresa col primo e secondo posto di Gregorio e Gabriele (14'46"48 il tempo di suo nipote, terzo al mondo quest'anno) - e con il terzo dell'ucraino Mykhaylo Romanchuk, un altro che si è affinato sotto di lui ad Ostia), si lascia andare compiaciuto: "Questi due ragazzi sono per me come due figli, eccezionali a livello umano, ma con la maturità e la serietà di gente adulta, per di più soprattutto bravissimi a sopportarmi, senza mai lamentarsi." Una scommessa già vinta.