

La rivincita di Nicole

Lasciati alle spalle gli infortuni del passato, la 21enne di Cadro è pronta a spiccare il volo sulle gobbe di mezzo mondo

di Sascha Cellina

Nicole Gasparini ha imparato sulla sua pelle che nello sport nulla è scontato, a maggior ragione in una disciplina come il freestyle, in cui il minimo errore non solo rischia di farti perdere la gara, ma anche di metterti fuori gioco per un bel po'. Troppe volte quella che sembrava poter essere la volta buona, la stagione della consacrazione, per la ragazza di Cadro si è trasformata nell'ennesima delusione.

Nel weekend la ticinese ha centrato la qualifica ai Mondiali di freestyle in programma a inizio febbraio negli Stati Uniti

«È sempre nell'anno di un grande appuntamento», fa notare la 21enne, costretta due volte a saltare l'intera stagione "mondiale" a causa dei gravi infortuni al ginocchio destro prima (2014/2015) e a quello sinistro poi (2016/2017). Meno grave la contusione ossea rimediata sempre a un ginocchio all'inizio della passata Coppa del mondo, ma tale da tenerla lontano dalle piste per un paio di mesi e impedirle di provare a conquistare un biglietto per le Olimpiadi di Pyeongchang. Ecco perché la qualificazione ai prossimi Mondiali (in programma a inizio febbraio negli Stati Uniti) ottenuta nel weekend grazie a due piazzamenti nelle migliori 24 (21° nel moguls e 22° nel dual) in Cina, significa così tanto per la ticinese.

«Rappresenta un po' una rivincita, perché finora mi era sempre stata negata anche solo la possibilità di provare a qualificarmi per un grande appuntamento - afferma Nicole, appena tornata in Ticino da Thaiwoo, secondo appuntamento della Cdm 2018/2019 -. E sono anche contenta di esserci riuscita già nella seconda tappa stagionale, così non sarà un pensiero che mi accompagnerà nelle prossime gare. Anche se devo ammettere che finora non ci avevo pensato più di tanto, nel senso che mi ero prefissata di provare a concentrarmi solo sulla prestazione, conscia che la qualificazione sarebbe arrivata di conseguenza. Anche perché le sensazioni in allenamento erano buone, si trattava solo di riuscire a ritrovarle anche in gara. Non sono riuscita a farlo nella prima tappa di Coppa del mondo a Ruka, dove dopo un salto mi sono scomposta e sono caduta. E invece fortunatamente andata meglio in Cina».

'Rispetto al passato sto molto meglio fisicamente e questo influenza positivamente anche la testa'

Con la qualificazione in tasca, ora si tratta di lavorare per arrivare nel migliore dei modi all'appuntamento iridato, evitando in primis quegli infortuni che tanto le hanno già tolto... «Chiaramente visto il mio passato, il pensiero di non riuscire ad arrivarci a questi Mondiali c'è. Fisicamente però mi sento molto, molto meglio rispetto agli anni scorsi e questo influenza positivamente anche la testa, riesco ad andare sulla neve sempre molto concentrata e senza alcun timore. Poi magari la sera in al-



Lo scorso marzo sulle nevi di Airolo-Pescium, dove si allenerà dopo Natale

TI PRESS/CRIVELLI

bergo ci penso, ma fortunatamente riesco a tenere il pensiero fuori dalle piste». Piste sulle quali la ticinese tornerà presto ad allenarsi per arrivare nel miglior modo possibile al grande appuntamento... «In questa settimana sto lavorando

principalmente in palestra, poi dopo Natale sfrutterò per cinque giorni la pista di Airolo per allenarmi sulle nevi di casa e rimettermi in modalità gara, prima di tornare nuovamente in palestra. L'8 gennaio partirò per la tournée nordamericana di

Cdm, con il primo appuntamento previsto il 12 a Calgary, seguito da Lake Placid (18) e Mont-Tremblant (26). L'idea poi è di rimanere ad allenarmi in qualche stazione del Nord America fino a ridosso dei Mondiali, al via il primo febbraio (ma le gare di

moguls sono previste l'8 il singolo e il 9 il parallelo, ndr). A livello tecnico si tratta di perfezionare le discese, devo lavorare sulla velocità e curare i dettagli, ad esempio nella pulizia degli atterraggi. Non voglio lasciare nulla al caso».



Amiche ed ex colleghe

TI PRESS

L'ASSENZA

'Deborah manca, ma la sento'

Dopo il ritiro dalle competizioni (lo scorso marzo) della collega e amica Deborah Scanzio, Nicole si è ritrovata tutta sola a rappresentare la Svizzera al femminile tra le gobbe. E in questo inizio di stagione non ha nemmeno avuto la compagnia dei colleghi uomini... «È stato strano, anche perché non c'era nemmeno Marco (Tadé, non ancora al meglio dopo il brutto infortunio al ginocchio destro patito nella scorsa stagione, ndr) e tutti gli alle-

natori erano concentrati solo su di me. Poi chiaramente ho parlato anche un po' con gli atleti delle altre nazioni, ma è un'altra cosa rispetto ai compagni di squadra (oltretutto ticinesi pure loro, ndr), che mi sono mancati tantissimo. Dovrò abituarci, ma in ogni caso Deborah mi ha aiutato anche a distanza, scrivendomi molto quando ero in Finlandia e chiamandomi la sera prima della gara per vedere un po' come stavo». SC

LA PRIMA VOLTA

'Non vedo l'ora. E poi su quella pista...'

Per la 21enne quelli di febbraio saranno i primi Mondiali tra i "grandi", visto che ne ha già disputati quattro a livello Juniores (miglior piazzamento l'8° rango nel moguls colto nel 2013 a Chiesla Valmalenco)... «Sarà tutta un'altra cosa e in questo senso non nascondo che un po' di emozione c'è già. Oltretutto si disputeranno a Deer Valley (sulle piste che avevano ospitato le Olimpiadi di Salt Lake City 2002, ndr), che tutti gli atleti indicano

come il posto più bello per gareggiare, con dieci-quindici mila spettatori per le gare di Coppa del mondo, figuriamoci per i Mondiali. Sarà la mia prima volta pure su quella pista e non vedo davvero l'ora». Come dire che di motivi per agitarsi la specialista delle gobbe ne avrebbe eccome... «È vero, ma in questi anni ho imparato a gestire la tensione. Nelle passate stagioni ero molto più ansiosa prima delle competizioni.

quest'anno invece sono più tranquilla, forse anche perché per una volta sono riuscita a svolgere dall'inizio alla fine senza problemi la preparazione estiva e questo mi ha dato molta fiducia. In questo senso mi ha aiutato anche il supporto di un preparatore mentale, Giona Morinini, ma tutto parte dalla maggior consapevolezza dei miei mezzi e dalla serenità con cui affronto gli allenamenti e di conseguenza le gare».