

## La campionessa mondiale di sci di velocità studia all'Insubria

**Pubblicato:** Mercoledì 6 Febbraio 2013



La “Lady Jet” dello sci mondiale di velocità è una studentessa **del primo anno del corso di laurea** in Scienze Motorie dell’Università degli studi dell’Insubria. Valentina Greggio, classe 1991, di Verbania, **ha vinto i Mondiali di Sci di Velocità svoltisi a Vars in Francia dal 19 al 26 gennaio**. La ventunenne verbanese ha già vinto l’anno scorso la Coppa del Mondo di Speed Ski, l’ex Kilometro lanciato, e quest’anno a Vars **è stata l’unica donna a gareggiare per il record del mondo di velocità**.

«È una grande soddisfazione – afferma **Valentina, leader della categoria Produzione femminile** – aver vinto la medaglia d’oro nello sci di velocità ed essere arrivata a un soffio dal nuovo record mondiale di velocità. Ho raggiunto i 198,35 km orari, il record mondiale nella mia categoria, SDH, attualmente è stabilito in 200,11 km/h: **proverò a superarlo a marzo**, sulle piste di Vars, sperando che stavolta le condizioni di vento e di neve siano favorevoli».

### *Come si fa a conciliare sport agonistico e studio?*

«Tengo molto a entrambe le cose, la settimana scorsa ero a gareggiare ai mondiali, ieri e l’altro ieri a sostenere esami integrati di Biologia e Antropologia e di Chimica e Biochimica all’Università. Naturalmente è faticoso, soprattutto perché per entrambe le cose devo viaggiare: infatti, vivo a Verbania ma seguo le lezioni di Scienze Motorie a Saronno, e per allenarmi sulle piste devo fare un’ora e mezza di strada almeno una-due volte alla settimana, oltre, naturalmente, ad un allenamento quotidiano in palestra di 1-2 ore al giorno. Inoltre sono insegnante di sci a Domobianca e sto effettuando il tirocinio per diventare allenatore».

***Quando hai cominciato a sciare? E quando hai scelto la tua specialità?***

«Ho cominciato a due anni, praticamente sono nata con gli sci ai piedi, lo speed ski è venuto dopo, perché avevo una particolare sensibilità ai piedi necessaria per praticare questo sport e poi mi piaceva la velocità, così due anni fa l'allenatore mi ha chiesto se volevo provare a gareggiare».

***Perché hai scelto proprio l'Insubria? E in quale modo lo studio ti aiuta nello sport?***

«Ho scelto il corso di laurea in Scienze Motorie dell'Università dell'Insubria a Saronno perché mi dicevano che era uno dei migliori in Italia: adesso, da studentessa, lo posso confermare, è un corso estremamente qualificato, mi trovo bene e la pratica dello sport viene valorizzata, non come a scuola dove, al contrario, mi scoraggiavano. Lo studio mi serve per capire, ad esempio, i meccanismi biochimici, ma anche le scelte del mio preparatore atletico sul perché fare un certo tipo di allenamento o seguire una determinata dieta».

***Obiettivi futuri?***

«Vincere nuovamente la Coppa del Mondo di Sci di velocità. Partirò a breve per il Canada, dove inizieranno le gare il prossimo 28 febbraio. Poi, tentare di battere il record mondiale di velocità: superando i 200 chilometri orari. Nello studio aspiro a laurearmi il più velocemente possibile nella triennale» – per Lady Jet è sicuramente una missione possibile!

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it