

I segreti della “giovane rana” che punta alle Olimpiadi

Pubblicato: Giovedì 11 Dicembre 2014

Ha tra le mani uno dei talenti più interessanti del nuoto nazionale ed è chiamato a farlo crescere sempre di più. **Marco Pedoja è l'allenatore di Nicolò Martinenghi** che a soli quindici anni è la rivelazione varesina delle piscine e giusto pochi giorni fa a Torino ha staccato nuovi record in vasca corta. È dunque proprio il coach del **Nuoto Club Brebbia** a raccontarci chi è Nicolò, quali sono le sue speranze e le attese che il movimento azzurro ha nei suoi confronti.



(Martinenghi con la maglia del Nuoto Club Brebbia)

Cominciamo dal cronometro: quali sono i record in vasca di Martinenghi?

«Quest'estate Nicolò ai campionati italiani ha stabilito il record dei 100 metri rana con 1'02''46 e dei 200 metri, sempre rana, con 2'15''51. Durante la Coppa Comen, che vede gareggiare i paesi affacciati sul Mediterraneo, ha tagliato il traguardo con un tempo di 2'16''69 che è tra l'altro il nuovo primato anche della manifestazione. La cosa da sottolineare è che Nicolò ha stabilito i nuovi record italiani con un anno di anticipo rispetto al limite di età, quindi può ancora migliorarsi».

Che tipo di nuotatore è Nicolò?

«È un ragazzo molto agile in acqua; il suo punto di forza è che non perde mai il proprio ritmo: riesce a mantenerlo con costanza anche sulle distanze medio-lunghe. Caratterialmente è un ragazzo genuino, con i piedi per terra, sempre disponibile e che risponde bene ai nuovi stimoli introdotti con il passare del tempo».

La domanda più ovvia è: dove può arrivare Martinenghi secondo lei?

«Nicolò rientra già nella "Selezione Talenti 2020", un gruppo di cinque nuotatori maschi e cinque femmine, che la Federazione ha selezionato a lungo termine, per le Olimpiadi di Tokyo del 2020. Sono fiducioso per questo: c'è l'80% di possibilità che Nicolò voli a Tokyo perché ha tutte le caratteristiche per fare bene e ha tempo per migliorarsi ancora. Lavoriamo anche per i campionati Juniores del 2016 in Cina, dove anche qui Martinenghi parteciperebbe con un anno di anticipo».



Qual è la situazione del nuoto in Italia nuoto per i più giovani?

«I giovani nascono e crescono nella piscina di casa, ma purtroppo ad un certo punto quella non basta più; un po' perché sono attratti dalla vita fuori, un po' perché le strutture, e quelle della nostra zona non fanno purtroppo eccezione, non sono adeguate: così decidono di emigrare. Ma i ragazzi adolescenti, lontano da casa spesso si perdono. Quello che dovrebbe fare il nuoto italiano è cercare di stare al passo con i tempi, scoraggiando il meno possibile queste partenze. Io devo dire grazie a Nicolò perché è grazie a lui e ai suoi risultati se è nato il Nuoto Club Brebbia che sta toccando risultati di alto livello in tutte le specialità. La mia vita da allenatore è comunque legata alla sua: se un giorno Nicolò volesse spostarsi, anche in vista delle Olimpiadi di Tokyo, per lavorare meglio, io sarò ben felice di seguirlo».

Nicolò a novembre ha ricevuto il premio "Anni verdi" per i giovani atleti che conciliano i risultati sportivi con quelli scolastici. Come si fa ad avere successo in piscina e sui libri?

«Bisogna innanzitutto dire che Nicolò frequenta un liceo sportivo, il "Pantani" di Busto Arsizio, che è organizzato proprio quella per valorizzare gli sportivi. È comunque una vita fatta di sacrifici e rinunce; fin dagli 11 anni i giovani nuotatori si allenano dalle 15 alle 18 tutti i giorni e mattina e pomeriggio durante le vacanze, senza pause. Ovviamente viene prima lo studio e poi l'allenamento anche perché nessuno garantisce che il nuoto darà a questi atleti un futuro certo. Noi però lavoriamo con questo obiettivo, senza sosta».

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it