

Federica Cesarini e la “nuova carriera” nel beach sprint. «Ora i Mondiali, obiettivo Los Angeles»

Pubblicato: Giovedì 5 Settembre 2024



Uno **scatto** di 60 metri sulla spiaggia, un **salto** in barca rapido e preciso e poi la **parte “remata”** in acque aperte tra le onde e il giro di boa. E ancora, l’arrivo: **balzo** per scendere dalla barca cercando di non perdere tempo e non increspicare, poi ultima volata sulla sabbia fino a tagliare il **traguardo**.

È – in breve – ciò che accade in una **gara di beach sprint**, la specialità del canottaggio che diventerà parte del programma delle Olimpiadi da Los Angeles 2028 andando di fatto a sostituire le gare tradizionali della categoria “pesi leggeri”. Uno sport **spettacolare, televisivo** ma anche molto immediato e piacevole per chi assiste dal vivo alle competizioni. L’Italia si appresta (13-15 settembre) a ospitare i **Mondiali** di beach sprint, inseriti nel programma di [quelli di Coastal Rowing che stanno per iniziare a Genova](#), sul lido di San Nazaro.

Ai Mondiali – la definizione ufficiale è World Rowing Beach Sprint Finals – ci sarà anche una delle stelle dello sport e del canottaggio varesino, **Federica Cesarini**. La 28enne di Bardello, campionessa olimpica a Tokyo, **rappresenterà l’Italia nella gara del singolo femminile** e in questi giorni sta lavorando a Sabaudia con i tecnici delle Fiamme Oro (ha il doppio tesseramento con la Canottieri Gavirate) per preparare l’appuntamento iridato.

Dal canottaggio tradizionale al beach sprint: possiamo considerare definitivo il suo passaggio alla nuova disciplina?

«Sì, ormai la mia scelta è fatta. Ho preso la decisione definitiva dopo i campionati italiani di Varese. Avrei scelto con più calma ma c'era la possibilità di partecipare alle selezioni della Nazionale per i Mondiali di Genova e insieme a Kiri Tontodonati ho deciso di provare. Ho vinto la selezione a Donoratico, senza aver mai remato in mare prima di quel giorno e quindi ho deciso di iniziare seriamente a praticare il beach sprint. Anche perché, per le mie caratteristiche fisiche, un passaggio tra i senior sarebbe stato difficile».

Qual è il suo approccio e con che obiettivi parteciperà al Mondiale?

«Sono all'inizio di questa avventura, consapevole che dovrò scoprire bene la disciplina e tutti i suoi aspetti. Per Genova non ho obiettivi particolari anche perché quest'estate mi sono allenata un po' a singhiozzo tra vacanze già programmate e Olimpiadi, dove sono andata da *Ambassador* del Coni. Aggiungiamo il Covid, tre settimane fa, quindi l'avvicinamento non è stato dei più facili. Ora comunque sono a Sabaudia per perfezionare la tecnica e prepararmi al meglio con i tecnici delle Fiamme Oro».



Cesarini sul mare di Sabaudia

Quali sono le difficoltà per chi ha sempre remato in maniera tradizionale?

«Io non avevo mai provato a remare in mare aperto e faccio ancora fatica a cavalcare correttamente le onde. Poi anche la barca è molto differente, e tra l'altro è uguale per uomini e donne quindi per me è piuttosto grande e pesante. Le altre cose che devo imparare bene riguardano la salita e la discesa e ogni tanto capita di fare qualche gaffe: mi è successo di prendere lo scafo sulla testa ma – ride ndr – dall'anno prossimo ci sarà il caschetto obbligatorio».

Da cosa dipende la scelta di gareggiare in singolo?

«Dalle prospettive olimpiche: a Los Angeles sono previsti i singoli maschile e femminile e il doppio "lui e lei" ma in questo momento non ho un atleta maschio con cui provare a gareggiare quindi remo da sola. Vedremo in futuro se ci sarà qualche "peso leggero" che passerà al beach sprint, è una prospettiva

probabile viste le decisioni che riguardano la partecipazione olimpica».

Non c'è il rischio che anche gli atleti senior passino al beach sprint, “togliendo il posto” a voi pesi leggeri?

«Non credo, perché in questi anni si è visto che per questo sport la stazza e l'altezza non aiutano più di tanto. È meglio essere agili e scattanti per i tipi di sforzo necessari: bisogna essere veloci nella corsa, abili nel saltare su e giù dalla barca e nel manovrare lo scafo al giro di boa. Devo dire che a Donoratico ho capito di avere diverse qualità fisiche adatte al beach».

Capitolo Olimpiadi: a Parigi è stata spettatrice dopo aver mancato la qualificazione. Come è andata in Francia?

«Meglio di quanto pensassi (ride *ndr*) anche per i risultati. Sia il mio fidanzato Luca (Chiumento, argento nel quattro di coppia), sia il miglior amico Stefano (Oppo, argento sul doppio PL) hanno vinto una medaglia d'argento e da “tifosa” non potevo chiedere di più. Inoltre il ruolo di ambasciatrice del Coni mi ha permesso di frequentare Casa Italia, di assistere alle gare di molte discipline e di fare gruppo con alcune leggende dello sport italiano, presenti con il mio stesso incarico. Ho trascorso molto tempo con atleti come Francesca Schiavone, Flavia Pennetta, Antonio Rossi, Luigi Busà e altri ancora, fino a Fiona May che ho incontrato negli ultimi giorni. È stata una esperienza bellissima, ma ora si torna a gareggiare».

Damiano Franzetti

damiano.franzetti@varesenews.it