

flash

ATLETICA Vivicittà, tappa italiana A Bari in gara Leone

Tappa italiana per la diciottesima edizione di Vivicittà con Giacomo Leone (nella foto) in gara a Bari. Si corre domani in contemporanea in 36 città italiane la 12 chilometri dell'Uisp (Unione Italiana Sport Per tutti) su percorsi contemporanei. Il capoluogo pugliese si metterà in mostra grazie al neo primatista italiano di maratona: l'atleta di Francavilla Fontana, impegnato domani nella Stramilano, non mancherà l'appuntamento con la gara dell'Uisp. «Per me è una passerella - ha detto il maratoneta azzurro - e l'unica occasione per correre in casa. A Bari esiste solo il calcio, ma quando c'è il Vivicittà la gente partecipa in modo sorprendente e fa il tifo per me». Dal punto di vista agonistico nella classifica compensata la città da battere resta ancora Catania, vincitrice delle ultime quattro edizioni. Catania schiererà il campione italiano di cross corto, Lorenzo Perrone e i tre keniani Antony Korir, Richard Mipei ed Elja Niabuti, vincitore della maratona di Parigi. L'8-4 si replica in 8 città italiane e con il Vivicittà internazionale.



CALCIO BENEFICO Campagna contro la droga Cannavaro testimonial

«Dai anche tu un calcio alla droga» è lo slogan della campagna di sensibilizzazione del Centro di recupero delle tossicodipendenze «L'Orizzonte» di Parma e Fabio Cannavaro in questi giorni è il testimonial di eccezione. «Noi calciatori - ha detto presentando l'iniziativa a fianco dell'allenatore Renzo Ulivieri e del responsabile della comunicazione Giorgio Bottaro - siamo al centro dell'attenzione dei media ed è giusto quindi sfruttare la nostra immagine per cercare di lanciare un messaggio positivo. Grazie dunque a L'orizzonte, ma adesso viene il difficile, riuscire a raggiungere con il nostro messaggio più ragazzi possibile». «Quando la droga diventa l'ultimo rifugio - ha detto Ulivieri - vuol dire che la società non è stata in grado di dare messaggi forti e, soprattutto, di capire questi ragazzi». Prevista la distribuzione nei luoghi frequentati da giovani di migliaia di poster e volantini con la foto di Cannavaro e la scritta «dai anche tu un calcio alla droga». Sarà attivo un centralino per comunicare con gli operatori dell'associazione.

TERRORISMO Minacce dell'Eta a Lizarazu «Non cantare la Marsigliese»

Il giocatore della Francia campione del mondo e d'Europa, Bixente Lizarazu, originario del paese basco francese, continua a ricevere minacce dai nazionalisti dell'ETA. Stavolta il movimento contesta al giocatore di «cantare la Marsigliese a voce spiegata» mentre «la Francia opprime il paese basco». Secondo il quotidiano Le Monde, le nuove minacce sono contenute in un bollettino interno dell'organizzazione separatista denominato «Zutabe». Il bollettino è stato sequestrato l'8 marzo in occasione dell'arresto di Grigorio Vicario Setien, uno degli otto membri del commando che ha rubato 1,6 tonnellate di esplosivo nell'Isere. Il documento dell'Eta attacca «tutti gli sportivi baschi di alto livello» che indossano la maglia della Francia o della Spagna. In particolare Lizarazu, viene rimproverato perché indossa la maglia dei bleu. «Che gli atleti facciano un gesto per aiutare il paese basco», è la richiesta generale. «Una non risposta alla nostra domanda - è la minaccia alla famiglia Lizarazu - comporterà azioni contro di te o i tuoi beni».

Giocatori stressati da troppi allenamenti? Il preparatore atletico della Lazio, Valter Di Salvo interviene sul problema sollevato dal prof Vittori

Calciatori trasformati in pacchi postali

«Il vero problema è la fatica psicofisica che accumulano a causa delle trasferte ravvicinate»

Aldo Quaglierini

ROMA Si gioca troppo, ma lo stress non è muscolare. In una settimana, una partita casalinga, una partita in trasferta e una di europa. Con in viaggi, gli spostamenti in pullman, i pernottamenti in albergo, tutto diventa più complicato. Prima i calciatori si lamentano per una eccessiva frequenza degli incontri, poi la replica di Carlo Vittori (il decano degli allenatori) che attribuisce la stanchezza solo all'enorme mole degli allenamenti. Adesso i preparatori atletici dicono la loro. E spezzano una lancia in favore dei calciatori anche se sono d'accordo con l'introduzione di una diversa modulazione della ginnastica.

«Si chiama ginnastica preventiva - dice Valter Di Salvo, preparatore atletico della Lazio - e dovrebbe rappresentare una parte considerevole dell'allenamento, anzi, una parte aggiuntiva. Fondamentalmente, si divide in tre parti, stretching, posturale e propriocettiva. Non serve a migliorare la performance ma ad evitare gli infortuni. In pratica, noi abbiamo dei sensori che mettono in collegamento i muscoli con il sistema nervoso. Questa ginnastica migliora la stabilità». Insomma, i calciatori prima o dopo gli allenamenti dovrebbero dedicare altro tempo per questa ginnastica? «Così bisognerebbe fare».

Questo per evitare gli incidenti, ma per quanto riguarda la frequenza delle partite è vero che è eccessiva? «Si gioca tanto - afferma Di Salvo - ma il problema non è lo sforzo della partita ma tutto quello che c'è intorno. Bisogna sapere che cosa significa una partita infrasettimanale di Coppa. Per giocare il mercoledì

sera bisogna partire, in aereo, il martedì dopo l'allenamento. Si cambia il clima, la notte si passa in albergo, il giorno dopo c'è un breve allenamento sul campo, poi si aspetta fino alla sera con la tensione del pre-partita, poi si gioca, magari su terreno pesante, dopo c'è il controllo antidoping e non si riesce ad uscire dalla stadio prima delle 23.30. Poi, in pullman fino all'aeroporto e, con un volo charter (così si può partire subito) si ritorna a Roma. Altro pullman, fino a Formello dove la compagnia è sciolta e i giocatori tornano a casa. Ci arrivano alle 5 del mattino di giovedì. Domenica si rigioca per il campionato. Ed è una partita in trasferta, essendo stata casalinga quella precedente. Nella scorsa stagione abbiamo calcolato che la Lazio ha giocato settanta partite. E bisogna considerare anche le partite della nazionale. Proprio ieri, per esempio, sono rientrati a Roma, dopo un impegno con la loro rappresentativa nazionale, gli argentini della Lazio: quindici ore di volo, il viaggio di ritorno. E così gli altri. Nè ved, reduce da due incontri con la nazionale ceca, uno in Irlanda, uno a Praga, ha confermato: «Quello che ci massacrano sono i viaggi, non le partite...». E oggi tutti vogliono una condizione fisica sfogorante. «In questi anni - ha detto Di Salvo - tutti gli sport puntano sulla forza. Pensiamo al tennis, per esempio, oggi si tira la pallina con grandi velocità, con grande energia e, anche se ci sono, sono più rari gli scambi altamente tecnici. E tutto cambiato rispetto a qualche anno fa. Ha ragione Vittori quando dice che i calciatori devono svolgere allenamenti diversi dai velocisti, ma non bisogna paragonare i due sport. Il calcio, rispetto all'atletica è



Una normale seduta ginnica, ma sembra che i calciatori debbano soprattutto allenarsi al salto di fuso orario

uno sport traumatico. Non basta correre. Si è ostacolati dagli avversari, si lotta sempre contro qualcuno che cerca di bloccarci, che ci trattiene o ci butta per terra. E tutto questo mentre si deve controllare la palla. Ci sono molte variabili in più. In un contrasto di gioco con un avversario conta molto la forma fisica». E dopo una settimana di viaggi, tra alberghi, aerei, pullman e tre partite, è evidente che le condizioni (anche quelle psico-nervose) non sono al massimo.



Lamberto Boranga, classe 1942, una vita spesa per il calcio

Perugia. Fa il medico alla Asl e gioca nella squadra di calcetto del figlio di Guacci Boranga, una vita da portiere Ancora in campo a 60 anni

Walter Guagneli

Cominciamo dal calcio o dalla medicina?

PERUGIA «Una vita da portiere. Sempre lì, lì fra i pali». Se Ligabue volesse cantare ancora i piccoli-grandi miti del calcio italiano troverebbe in Lamberto Boranga un personaggio ideale. 58 anni umbro, medico ma soprattutto da 40 anni portiere: dalla serie A (Fiorentina, Brescia, Cesena) alla seconda categoria, Boranga oggi è un simbolo di quel calcio sommerso ma troppo poco valorizzato, fatto di passione, sacrifici, allegria, impegno sociale, lontano mille miglia da scommesse, doping, violenze, razzismo, miliardi. Dalla Fiorentina al campetto di provincia, 40 anni ininterrotti di parate fuori dal coro, alla ricerca non del record di longevità agonistica di Stanley Matthews ma del cuore vero dello sport. Il dottor Boranga lavora all'Asl 2 di Perugia e fra un elettrocardiogramma e una radiografia parla volentieri di calcio e di calcio a 5 la sua ultima passione.

«Dal calcio. È la mia seconda pelle. Devo tutto al pallone. Mio padre è morto nel 1963 quando avevo 21 anni, giocavo in C nel Perugia e guadagnavo 3 milioni al mese. Con quei soldi ho potuto aiutare mia madre e la famiglia. Che soddisfazione! Il calcio m'ha consentito anche di studiare, laurearmi e fare il medico».

A 58 anni fra Asl, medicina sportiva e laboratorio analisi come riesce ancora ad allenarsi e giocare anche se nel calcio a 5?

«Lo sport è una passione e una ragione di vita. Mi alleno due volte al giorno. Alle 13 esco dall'Asl e vado in palestra per un'ora. La sera mi alleno col Perugia calcio a 5. Al vertice della società c'è Riccardo Guacci, figlio del presidente del Perugia in A. Lui però è anche giocatore. Siamo in testa al campionato di B. For-

se saremo promossi».

Quindi Boranga in viaggio verso i 60 anni risale in serie A...

«Riccardo Guacci è un ambizioso, vuole sempre vincere. Ma se andiamo in A non sarò certo titolare. Farò il terzo portiere. Il mio problema saranno le lunghissime trasferte. Adesso al sabato mattina lavoro all'Asl e al pomeriggio vado in trasferta con la squadra. A dire il vero gioco poco. Sto in panchina. Ma questo non conta. In serie A sarà ancora più dura. Nel calcio a 5, a questi livelli si guadagna bene: anche 5 milioni al mese. Ma io non faccio questione di soldi, anzi nel Perugia gioco gratis. Mi piace solo andare in campo. Per il futuro vedremo. Magari torno al calcio e vado in Prima Categoria. Oppure fondo una squadra, faccio giocare anche mio figlio che ha 26 anni. Il problema vero è che sono sempre un anarchico, voglio gestirmi da solo negli allenamenti. Non posso e non voglio cam-

biare. Una cosa è certa: facendo sport si resta giovani. Io non fumo, non bevo, vado a letto presto, faccio vita sana».

Gli almanacchi Panini degli anni 70 recitano: Lamberto Boranga, nato a Foligno nel 1942, debutto in A 8 gennaio 1967 Atalanta-Fiorentina (1-1), altezza 1,80, peso 78 chilogrammi...

«Vuol sapere se sono ingrassato? La risposta è no. A 34 anni di distanza sono sempre in forma, attorno agli 80 chili. Non cambio, non posso cambiare. Magari sono cresciuto in altezza... Piuttosto vorrei ricordare che non gioco solo a calcio: faccio il master di atletica leggera: salto triplo, decathlon. In gioventù ho fatto anche 15,41 nel triplo e sono arrivato sesto ai campionati italiani giovanili».

Il ricordo più bello della sua carriera di portiere?

21 marzo 1976, Cesena-Juventus, ero portiere dei romagnoli. Allenatore Pippo Marchioro. Perdevamo 0 a 1, vincemmo 2 a 1 e andammo in Coppa Uefa»

Quello più brutto?

«1980 il mio ultimo anno da professionista. Verona-Parma: ero portiere degli emiliani. Avevamo Cesare Maldini allenatore. Perdemmo 1 a 0. Fui espulso dall'arbitro come al solito di parte. Lasciai la squadra in 9. Uscii da campo sapendo che la mia carriera professionistica era finita. Ma la delusione era dovuta soprattutto al senso di colpa per aver tradito i compagni».

Ma torniamo al calcio di oggi: parliamo di violenza argomento purtroppo sempre più d'attualità

«La violenza è frutto del delirio di alcuni presidenti di società che sobillano le tifoserie. C'è sempre un filo diretto fra presidenti e tifosi più

Gentile: «Meno gare di precampionato»

Massimo De Marzi

TORINO Mastica calcio da 30 anni, in passato è stato il "mastino" difensivo di tanti trionfi bianconeri ed azzurri, oggi è il tecnico della Nazionale Under 21. Claudio "Gheddafi" Gentile non si fa pregare quando gli chiedi un parere sullo schizofrenico calcio d'oggi.

Il Professor Vittori sostiene che non sono gli eccessi di partite ma quelli di allenamento la causa degli infortuni a catena del football d'oggi.

«Un fondo di verità esiste. Oggi gli allenamenti sono diversi da quelli del passato, l'aspetto atletico ha una valenza importante, ma bisogna partire da una considerazione diversa. Non sono i tanti incontri in più a nuocere, ma il fatto che si parte troppo presto. Ricordo che, quando ero alla Juve, ci si radunava al 25 luglio e la prima uscita era a ferragosto a Villar Perosa contro la formazione Primavera. Adesso, dopo una sola settimana, si fanno già i tornei internazionali. E sotto gli occhi delle tv nessuno vuol fare brutta figura. Ma se si inizia a correre tanto presto, poi aumentano i rischi d'infortunio».

Ma è impensabile pensare di tornare indietro...

«Ci sono grosse difficoltà, mi rendo conto. Ma qualcosa bisogna farla. Lo dico nell'interesse di tutti, società comprese. Albertini e Maldini hanno chiesto una sosta invernale? Mi sembra una proposta utile, se ne dovrebbe discutere».

Siamo sicuri che non si possa

far qualcosa anche per quanto riguarda gli allenamenti? Non c'è che si privilegia l'aspetto fisico a scapito della tecnica?

«Forse in passato era così. Fino a 5-6 anni fa i carichi di lavoro si concentravano più sulla forza che non sulla cura della qualità tecnica, ma i metodi di certi allenatori (Sacchi e Zeman non vengono nominati, ma il riferimento è chiaro) non sono più di moda. Il Milan di Capello e la Juve di Lippi hanno vinto molto perché avevano valori tecnici superiori. Si sta riscoprendo l'importanza di dare del tu al pallone».

Un discorso che immagino valga anche per l'Under 21 di Gentile.

«In nazionale il discorso è diverso. Dall'esperienza che ho avuto anche come giocatore si possono fare solo lavori di mantenimento e non sostenere allenamenti con carichi particolari. Avendo i giocatori a disposizione pochi giorni al mese non si può impostare un lavoro diverso, non c'è il tempo».

Quest'anno il campionato finirà il 17 giugno, l'anno prossimo, complici i Mondiali, si partirà già al 20 agosto. Il Trap, ma pure lei, starete già incrociando le dita, con giocatori che faranno appena 20 giorni di vacanza.

«Rilancio l'idea iniziale, spero che quest'estate si faccia un precampionato meno stressante, con impegni selezionati. Le rose di 25 elementi possono aiutare a compensare il rischio d'incidenti, ma se non si fa opera di prevenzione...»

«Ha fatto cose buone. È uno che ci capisce».

E Boranga come vede la situazione politica attuale?

«Negli anni 70 ero iscritto al Pci. Quando è morto Berlinguer è crollato tutto. Mi sono un po' allontanato. Ora giudico partiti e governo per quello che fanno. Se un governo ha fatto cose buone durante la legislatura va premiato e riconfermato».

L'Unità è tornata in edicola da pochi giorni...

«Lo so e sono contento. È stato sempre un giornale serio. Ora è un po' cambiato. Anche perché sono cambiate parecchie cose in politica. Ho ascoltato le dichiarazioni del direttore Furio Colombo: mi sono piaciute. Di solito compro e leggo Corriere della sera, Repubblica, Messaggero, Gazzetta dello Sport. Ora anche l'Unità».

Cosa pensa della commistione fra calcio e politica che vede protagonisti alcuni presidenti di società?

«Secondo me la politica non dovrebbe entrare nel calcio e neppure nella sanità che in questo momento mi tocca più da vicino».

A proposito: che giudizio dà del ministro della sanità Veronesi?