EUPILIO – **Presso il nuovo Centro remiero Lago di Pusiano (vedi articolo) si stanno allenando le ragazze della nazionale italiana di canottaggio in vista di un appuntamento importantissimo: la qualificazione alle Olimpiadi di Rio de Janeiro 2016.**

Sette ragazze su otto (**Laura Milani** è rimasta ad allenarsi a Sabaudia) vivono nel centro **tre settimane al mese**. Svolgono in media due allenamenti al giorno da 2/3 ore ciascuno in cui alternano l'uscita in barca alla bici, alla corsa e ai pesi. La loro preparazione sarà così anche nel mese di dicembre e molto probabilmente anche l'anno prossimo le Azzurre avranno questi lunghi raduni lontano da casa. Le prime gare nazionali saranno a marzo 2015.
Conosciamo quindi meglio le giovani Azzurre che si trovano a Eupilio sotto la guida di **Claudio Romagnoli**, capo settore della Nazionale femminile.
Sara Magnaghi, ventunenne di Carate Urio, studentessa il Psicologia a Milano. "Ho iniziato a praticare questo sport per **combattere l'insonnia e la timidezza** – spiega – Sono in Nazionale da 4 anni. Il canottaggio è molto faticoso, gli allenamenti sono duri e vengono richieste tante rinunce, ma c'è una gran passione di fondo. Gli aspetti che più mi piacciono sono il **contatto con la natura e l'acqua e le soddisfazioni** che si

provano ogni volta che si affronta un allenamento o una gara. **Questo è un bellissimo centro, è molto funzionale**: permette di uscire in barca e di svolgere allenamento a terra. E poi possiamo anche alloggiare qui: l'ideale per questi raduni".
La 31enne bellagina **Elisabetta Sancassani** è una **professionista**, ha disputato tante gare e vinto numerose medaglie. "Prima giocavo a calcio, poi, a 13 anni, ho iniziato con il canottaggio seguendo le orme di mio fratello. Mi piace questo sport perchè mi permette di **stare all'aria aperta e creare gruppo**". Per lei quella di Rio potrebbe essere l'ultima Olimpiade quindi per Elisabetta la qualificazione è il traguardo più importante.
La comasca ventiduenne **Gaia Marzari** ha iniziato per caso questo sport. "Ho provato 10 anni fa e mi è subito piaciuto l'ambiente. **Giriamo tanto** e facciamo gruppo: queste sono le caratteristiche che più mi piacciono". Gaia è così innamorata di questo sport che ha deciso di diventare anche un'**allenatrice**: segue, infatti, i corsi per i bambini.
Laura Schiavone pratica canottaggio da ben 18 anni. Ora, la ragazza, originaria di Salerno, ha 28 anni. "E' uno sport semplice, che mi permette di stare a contatto con la natura. **Sto molto bene quando lo pratico**". Cosa pensi di questo centro? "E' una struttura nuovissima e perfetta e il lago è sempre calmo. **Mi piace molto anche il calore della gente che vive qui**, ha sempre il sorriso sulle labbra. Essere sempre fuori e lontano da casa ma trovare persone così rende tutto più facile".
Gaia Palma ha 24 anni e pratica questo sport da 7: è subito entrata in Nazionale. E' di Torino e **studia Beni culturali**. "Ho iniziato a fare canottaggio perchè mi divertiva, ora sta diventando un lavoro. Ogni volta l'obiettivo è quello di migliorarsi. Il sogno è arrivare alle Olimpiadi".
Galeotta fu l'esperienza negli Stati Uniti per **Sara Patelli**, 23 anni. La giovane, originaria di Conegliano, ma residente a Padova dove **studia Medicina**, ha iniziato a praticare il canottaggio dopo averlo provato in America. "Sono stata là per un'eperienza di studio tre settimane in famiglia e mi hanno fatto provare il canottaggio. Da 5 anni, quindi, è diventato il mio sport". Come si fa a conciliare un impegno come quello della Nazionale con gli studi di Medicina? "Ci vuole tanta organizzazione, sacrificio e passione. **A 40 anni mi vedo medico, non canottiera, quindi bisogna pensare anche al futuro**".
"**L'Olimpiade è un'esperienza indimenticabile**", afferma **Sara Bertolasi**, 26enne di Busto Arsizio. "Ho iniziato questo sport nel 2007 e l'anno successivo sono entrata in Nazionale. Nel 2012 ho gareggiato alle Olimpiadi di Londra. Il risultato non è stato soddisfacente, ma è stata davvero una bella esperienza. **E' l'unica vetrina in cui si riesce a dare visibilità anche al canottaggio e poi tutti gli atleti sono felici di essere lì.** Si compete in gara ma poi, fuori dall'acqua, si è tutti amici". Sara sta frequentando un Master a Roma, dopo aver conseguito una laurea triennale e una

magistrale. “L’importante è organizzare i tempi. Bisogna sfruttare al meglio i momenti di pausa, non eccedere nè nello studio, nè nello sport, ma praticarli entrambi”. Speriamo che il lago di Pusiano possa portare fortuna alle ragazze della Nazionale azzurra.