

JUDO

«Il rinvio delle Olimpiadi ha riaccessso la mia speranza»

La vicenda di Alessandra Prosdocimo: doveva andare a Tokyo ma è stata fermata da un grave infortunio e sarà operata. Prontissima nell'estate 2021

Abita a Valdobbiadene 24 anni, tesserata per il Gs Carabinieri Una realtà nel judo

VALDOBBIADENE

C'è pure chi, il rinvio dell'Olimpiade e il lungo stop alle competizioni, l'ha quasi benedetto. Pare un paradosso, ma sono le strane traiettorie della vita. Una vicenda paragonabile a quella di Nicolò Zaniolo, che dopo il guaio al ginocchio potrà giocare le sue carte agli Europei di calcio nel 2021. Alessandra Prosdocimo, ventiquattrenne di Valdobbiadene, si stava giocando le sue carte in ottica Giochi, poi un infortunio a fine febbraio in Coppa-Mondo ha modificato la prospettiva. Ma il virus ha paralizzato lo sport...

Prosdocimo, come sta?

«Sono in attesa di operarmi al menisco del ginocchio destro, ma lo sento già meglio rispetto a due mesi fa. Mi trovo in una bolla: dovevo effettuare l'operazione già a metà marzo, poi l'emergenza sanitaria ha imposto il rinvio degli interventi non urgenti. Sono in contatto costante con il chirurgo ortopedico di Belluno, confido di riuscire a farmi operare entro maggio. Poi serviranno due mesi di recupero. forse pu-

re meno».

Come si è infortunata?

«Purtroppo, sono già al quinto intervento al ginocchio. È successo, a fine febbraio, in una gara di Coppa del Mondo, a Bratislava: debuttavo nella nuova categoria dei 78 kg, in ballo la possibilità di scalare posizioni nel ranking in ottica Olimpiadi. E stavo disputando forse la migliore gara di sempre: mi sono infortunata in semifinale, ho dovuto rinunciare al combattimento per il bronzo e ho chiuso quinta. Andavo alla grande, avrei potuto portare a casa l'oro. Da inizio anno, ho fatto la scelta di lasciare i 70 kg, ormai la lotta s'era spostata dal tatami alla bilancia».

Così ci può essere pure il lato positivo in una quarantena...

«Ero in corsa per l'Olimpiade, avevo buone sensazioni e puntavo alle competizioni di marzo. Che però sono saltate. Tutto il calendario bloccato fino a inizio agosto. Avrò tutto il tempo per recuperare e rimettermi in careggiata. Sì, il rinvio dei Giochi è stata una fortuna. Le proverò tutte per guadagnarci Tokyo: un'Olimpiade in Giappone è un sogno, il massimo per chi pratica judo».

Dove sta passando la clau-

sura?

«A casa dai miei, a Valdobbiadene. Da tempo non mi capitava di rimanere così a lungo con la famiglia: un altro aspetto positivo del confinamento. Al di là della competizioni internazionali, passo buona parte delle settimane a Roma. Alla caserma Podgora, a Trastevere. Appartengo al gruppo sportivo dei Carabinieri, lì c'è la sezione arti marziali. Malgrado il problema al ginocchio, ho cercato comunque di non rimanere ferma, facendo lavori al corpo libero. In giardino, sotto una tettoia, distendo un tatami. Il compagno d'allenamento ce l'ho a casa: mio fratello Mattia, pure lui judoka e carabiniere. Mio papà progetta sedie. Così, con qualche pezzo di ricambio, ci siamo garantiti una trave per esercitare la forza».

Non è chiaro come funzionerà la fase-2 per gli sport di combattimento: come rispettare il distanziamento sociale?

«Il judo impone un contatto strettissimo, ci troviamo con le mani legate. Allenarsi senza sfidare un avversario non ha senso. So che stanno lavorando a un protocollo, dobbiamo ancora capire come muoverci».—

MATTIA TOFFOLETTO

ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE





Alessandra Prosdocimo cerca di tenersi in forma allenandosi con il fratello Mattia