

ROMATODAY

SPORT

Francesca Milani, da Testa di Lepre a Tokyo 2020: "Non vedo l'ora di salire sul tatami e rappresentare il mio Paese"

L'intervista a Francesca Milani, la judoka romana delle Fiamme Oro che farà parte della squadra italiana alle Olimpiadi di Tokyo 2020



Il judo e la cucina le due passioni Francesca Milani judoka romana che farà parte della spedizione italiana alle Olimpiadi di Tokyo 2020.

Dai suoi social, Francesca lascia intravedere i suoi grandi amori: la pizza, i dolci ma soprattutto il tatami e di conseguenza, il judo la sua disciplina. “In cucina mi piace sperimentare” ci racconta Francesca Milani intervistata da RomaToday, in procinto di partire per Tokyo. E in terra nipponica l’atleta, 28enne, delle Fiamme Oro gruppo

sportivo della polizia di stato, sperimenterà cosa vuol dire partecipare alle Olimpiadi. Infatti per la judoka di Testa di Lepre, Tokyo 2020 rappresenta il suo debutto olimpico. Il pass per Tokyo, Francesca l'ha conquistato durante gli ultimi mondiali di judo che si sono svolti a Budapest.

Che emozioni provi al debutto in un'Olimpiade?

In realtà ancora non sto realizzando del tutto la cosa, sicuramente appena partiremo tutto prenderà forma! Le emozioni sono tante, non vedo l'ora di salire sul tatami di Tokyo per rappresentare il mio paese dando il massimo.

Cosa vuol dire partecipare ad un'Olimpiade?

Penso sia il sogno di ogni atleta, il top del top! Per me è stato sempre l'obiettivo principale, ogni cosa che facevo era sempre focalizzata al raggiungimento di questo traguardo.

Da dove nasce la tua passione per il judo?

Ho iniziato judo per gioco all'età di 7 anni, alla scuola elementare di Testa Di Lepre che frequentavo davano questi corsi e iniziai così. Ho sempre fatto judo al Banzai Cortina Roma, una delle società più importanti d'Italia. Loro per me sono la mia seconda famiglia, mi hanno cresciuto ed aiutato in tutto e non smetterò mai di ringraziarli!

Rispetto a quando hai iniziato, come vedi il judo a Roma?

A Roma il judo è molto diffuso grazie sia alla presenza del centro olimpico e alle sedi distaccate dei centri sportivi militari. Per quanto riguarda i club ce ne sono molti ed anche di livello alto, ma non sono sovvenzionati abbastanza dal comune e non hanno strutture pubbliche a disposizione per permettere agli atleti di poter continuare l'attività agonistica senza l'aiuto economico da parte dei genitori.

Dalla scuola elementare di Testa di Lepre a Tokyo. Quale sarà il tuo obiettivo sul tatami in Giappone?

Il mio obiettivo è dare il massimo senza pensare al risultato. Penso sia la strada migliore per essere tranquilla e ottenere risultati.

Da atleta come ha cambiato la pandemia il tuo modo di prepararti al grande

evento olimpico?

All'inizio della pandemia non è stato facile allenarsi, anzi stando a casa non riuscivo a fare judo ma mi allenavo solamente facendo pesi e preparazione atletica. Quando le cose sono migliorate abbiamo ricominciato, sempre con le dovute precauzioni, e piano piano ci siamo ripresi. La cosa che mi è mancata di più sono stati i training camp dove mi potevo confrontare con altre atlete straniere, che secondo me è fondamentale per la crescita di un atleta.

Tokyo 2020 sarà un'Olimpiade diversa rispetto alle edizioni passate. Pensi che il Covid possa in qualche modo togliere un po' di magia al grande evento?

Sicuramente non sarà la solita olimpiade, basti pensare all'assenza del pubblico alle competizioni ma noi ce la metteremo tutta per far sì che la magia arrivi fino in Italia!

Spesso quando si parla di judo si pensa solo ad uno sport maschile. Tu sei l'esempio che pure le donne possono fare judo ad alto livello. Che consiglio ti senti di dare alle ragazze che vogliono cimentarsi nel judo?

Il mio consiglio è di non pensare a risultati immediati, ma lavorare giorno dopo giorno con l'obiettivo di migliorarsi prima come donne e poi come atlete. E soprattutto divertirsi, sempre!

Ci parli del tuo rapporto con Odette Giuffrida, tua collega e concittadina medaglia d'argento a Rio 2016?

Io e Odette ci conosciamo da tanti anni, siamo molto amiche e ci sosteniamo a vicenda sia durante gli allenamenti che durante le gare! Per me è oltre che una grande atleta una ragazza d'oro, sempre disponibile e pronta ad aiutarti nei momenti di difficoltà. E le voglio bene!!!

© Riproduzione riservata

