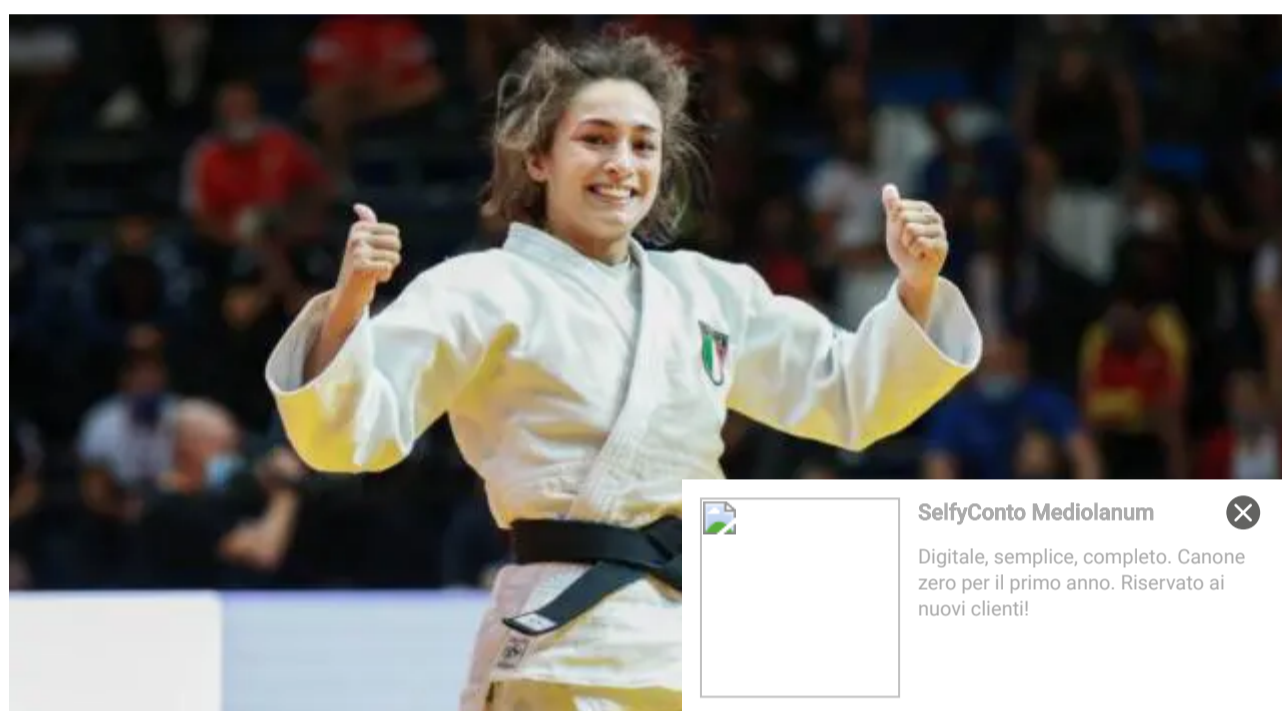


JUDO (HTTPS://WWW.OASPORT.IT/CATEGORY/COMBATTIMENTO/JUDO/)

Judo, Assunta Scutto: "Bisogna adeguarsi al nuovo regolamento. Devo migliorare nelle prese verso Parigi 2024"

Erik Nicolaysen (<https://www.oasport.it/author/erik-nicolaysen/>) - 11 Gennaio 2022



FLUID

Dopo una carriera giovanile trionfale, culminata lo scorso 6 ottobre con la medaglia d'oro ai Mondiali Junior di Olbia, **Assunta Scutto** ha già dimostrato di poter competere ai massimi livelli anche nel circuito maggiore del judo internazionale e **si candida a diventare una delle grandi protagoniste del movimento azzurro verso i Giochi Olimpici di Parigi 2024.**

La portacolore delle Fiamme Gialle, cresciuta agonisticamente allo Star Judo Club di Scampia, ha infatti vinto l'ultimo Grand Slam dell'anno sconfiggendo alcune tra le più forti atlete al mondo nella categoria fino a 48 kg (in primis la campionessa d'Europa 2020 Shirine Boukli) e volando così al 16° posto del ranking mondiale dopo sole tre apparizioni nel World Tour.

Assunta, sei reduce da una stagione agonistica davvero fantastica. Ti aspettavi di poter raggiungere già nel 2021 questi risultati anche tra le senior?

"In realtà no. Non perché non credessi in me, però comunque sono ancora giovane e pensavo di fare piccoli passi alla volta, invece ho fatto dei grandi passi. Sono contenta di questo ed è soprattutto grazie agli allenamenti che ho fatto. Non ho mai pensato alla mia età e credo sia stato questo a consentirmi di raggiungere questi risultati".

Tra il Mondiale di Olbia ed il Grand Slam di Abu Dhabi, i tuoi due successi più importanti dell'anno, qual è la gara che ti sei goduta maggiormente e che ti ha regalato più soddisfazione?

"Il Grand Slam di Abu Dhabi. È stato bello vincere il Mondiale Junior, però vincere un Grand Slam ti fa capire che sei a livelli alti. Poi sono proprio quelle le gare che ti permettono di qualificarti per le Olimpiadi. È vero che è bello un titolo mondiale, però il Grand Slam mi ha dato più soddisfazioni".

In entrambi i casi sei riuscita a sconfiggere in finale delle avversarie (Irena Khubulova in Sardegna e Shirine Boukli ad Abu Dhabi) che ti avevano battuto poche settimane prima. Come hai gestito l'avvicinamento a questi incontri dal punto di vista tattico e psicologico?

"Avendoci già perso, ti fai una tattica diversa cercando di non ripetere gli errori che hai commesso in passato. Comunque mentalmente la affronti meglio perché senti di non avere nulla da perdere, quindi approcci l'incontro con un carattere più forte, almeno per quanto mi riguarda. Poi magari c'è chi, avendo già perso in passato con quell'avversario, può soffrirlo particolarmente. Io invece penso: 'Ci ho perso, ora do il meglio di me per riprendermi quello che si è presa da me prima'".

Il grande obiettivo a medio termine diventa ovviamente Parigi 2024, ma hai un pizzico di rammarico per non aver avuto la possibilità di cercare la qualificazione per Tokyo?

"Un po' sì perché penso che avrei potuto giocarmi la qualificazione per Tokyo. Comunque è stato giusto così, che io abbia fatto il mio percorso da junior e che abbia ottenuto tutto piano piano. Questo mi darà ancora più grinta verso le prossime qualificazioni olimpiche".

Proprio a giugno 2022 comincerà il nuovo periodo di qualificazione olimpica per Parigi e tu dovrai vedertela con alcune compagne di squadra molto competitive nei 48 kg. Questa concorrenza interna potrebbe essere uno stimolo importante per la tua crescita?

"Sì, però io non ho mai guardato le altre italiane che ci sono nella mia categoria. Ognuna ha il suo percorso. Se uno pensa a rincorrere gli altri, credo non riesca ad esprimere il meglio di sé. Quindi io faccio il mio percorso godendomi ogni esperienza, poi se divento la più forte di tutte, ben venga. Io l'ho sempre pensata così, non mi sono mai focalizzata sulle altre ragazze della mia categoria".

Il tuo primo approccio al World Tour è stato subito positivo in termini di risultati e di prestazioni. Quali sono le grandi differenze che hai trovato nelle competizioni del circuito maggiore rispetto a quelle giovanili?

"Sicuramente non ti puoi permettere di fare errori banali. Nella mia categoria da junior a volte potevi permetterti un piccolo errore, invece con le senior puoi rischiare subito di perdere l'incontro. A livello senior però è diverso perché puoi creare una tattica. Essendo un judo più maturo, le azioni sono più prevedibili. A livello giovanile invece le azioni sono più imprevedibili ed è difficile fare una tattica vera e propria".

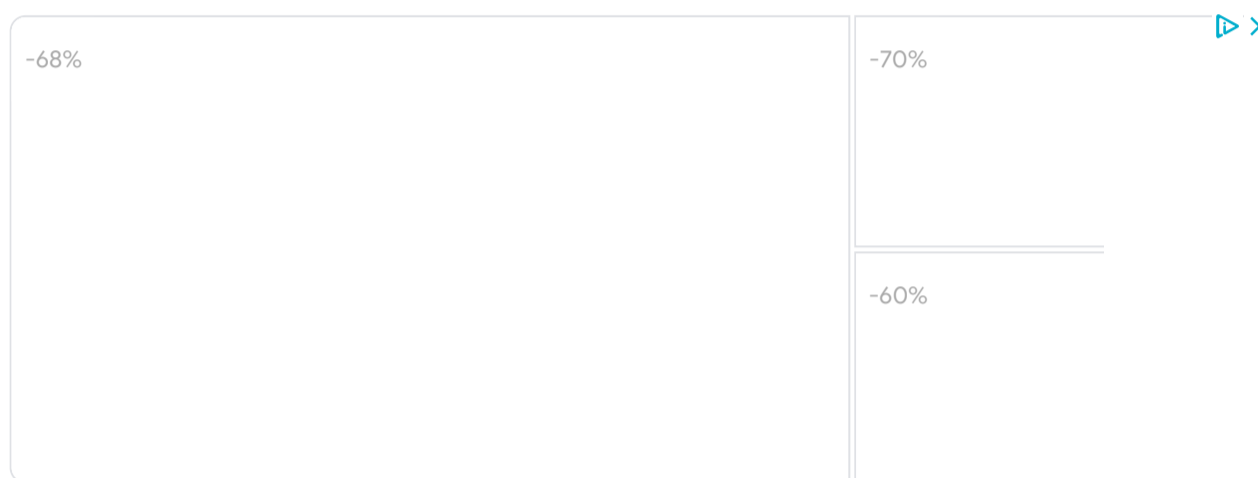
In questi anni hai risolto molti incontri nella fase di ne-waza (a terra), ma i tuoi miglioramenti nella lotta in piedi sono evidenti. Al momento in cosa pensi di dover crescere ulteriormente per raggiungere o superare il livello di tutte le più forti al mondo?

"Penso di dover migliorare sicuramente come esperienza: più gare fai, più acquisti fiducia e più sai stare sul tatami. Credo di dover crescere però anche nella fase di tattica sulle prese, che sarebbe proprio la prima fase in un incontro di judo. Ci sono infatti delle avversarie che ho sentito più esperte di me sulle prese".

Che idea ti sei fatta a proposito delle nuove regole introdotte dall'IJF per il prossimo triennio?

"La maggior parte delle persone si è lamentata per l'abolizione di una tecnica, il "Reverse Seoi Nage". Io non la utilizzavo spesso, quindi non sento molto la differenza. Ho visto però tanti altri cambiamenti e non so se mi abituerò facilmente. Hanno tolto alcuni punti, hanno messo degli shido in più... Come ogni volta che cambiano il regolamento, sarà un po' difficile adattarsi all'inizio".

Foto: Fijlkam



Fino all'80% in Meno
Nebulus

[Leggi tutte le notizie di oggi su OA Sport \(https://www.oasport.it/tutte-le-notizie/\)](https://www.oasport.it/tutte-le-notizie/)

[\(https://www.oasport.it/2022/01/corso-per-cronisti-sportivi-special-edizione-](https://www.oasport.it/2022/01/corso-per-cronisti-sportivi-special-edizione-)

[2022-in-presenza-sbocchi-professionali-e-programma/](#)

LA NOSTRA STORIA

Privacy