

La campionessa trevigiana in partenza mercoledì per il Portogallo
L'obiettivo è il rodaggio in vista delle qualificazioni di Parigi a magg

Il sogno a cinque cerchi anche nella testa di Cardin Ora serve la forma al top

Marino Silvestri / CONEGLIANO

Il sogno di ogni atleta sono le Olimpiadi, non basta aver vinto un mondiale, campionati europei e italiani. Ed è quello a cui aspira anche la campionessa trevigiana Sara Cardin nel karate specialità kumite (combattimento) nei - 55 kg, specialità che per la prima volta sarà presente alle Olimpiadi.

L'annata agonistica della WKF nel 2020, prima del blocco per la pandemia, per Sara era iniziata bene con un secondo posto alla Premier League a gennaio a Santiago del Cile e a febbraio a Salisburgo con un primo posto. Poi lo stop delle manifestazioni per un anno con allenamenti solitari e finalmente in gennaio a Caorle si è tenuto un "training camp", una bolla, dove sei atlete europee, appositamente invitate dagli organizzatori, hanno gareggiato in "round robin" e dove Sara si è piazzata al primo posto. Dopo due mesi, nel primo importante appuntamento a Istanbul il 14 marzo, ha iniziato a trovare le giuste sensazioni sul tatami con i consueti movimenti e dopo aver superato la spagnola Pereira e la bielorusa Shaykhina si è fermata al terzo incontro superata dalla Ukraina Terliuga. E ora la Premier League di Lisbona, gara alla quale saranno presenti atleti di 87 nazioni, e per ogni categoria solo 64 atleti.

In questo ultimo periodo si è preparata a Terni con il suo allenatore della Nazionale Guazzaroni, poi il ritorno a casa e allenamento con dei giovani sparring partner veneti, e da

oggi raduno e allenamento con la Nazionale al Centro Olimpico della Fijlkam a Ostia, mercoledì partenza per Lisbona. Questa manifestazione è l'ultima Premier League

con punti olimpici (anche se il ranking della 55kg è già chiuso), è una gara chiave più che per il risultato per vedere lo stato di forma delle atlete a 40 giorni dall'evento di qualificazione in programma a Parigi il 12-13 giugno nel quale si giocano gli ultimi tre posti per accedere a Tokyo. Sara affronta questa gara con un ritrovato equilibrio psico-fisico. Nella gara sarà prezioso capire il livello di preparazione delle avversarie e tenere sotto osservazione eventuali new entry e capire le strategie che verranno adottate. L'importante a Lisbona, come al campionato Europeo in programma a Porec dal 20 al 23 maggio sarà capire bene lo stato di forma di Sara e delle avversarie.

Obiettivo principale non il risultato, dunque, ma consolidare le sicurezze acquisite e formulare le strategie giuste. Si è lavorato molto sulle tecniche di gamba per la gestione della distanza lunga e delle difese per quella corta, si è ritrovato anche in allenamento il bagaglio tecnico di atterramento, possiamo dire che il repertorio è completo si tratta "solo" di applicarlo nelle diverse situazioni in considerazione della caratteristiche delle sue avversarie. Sara combatterà alla Altice Arena venerdì 30 aprile alle ore 18 ed in caso superasse il turno domenica 2 maggio per le medaglie. —



La campionessa trevigiana Sara Cardin nel karate specialità kumite

116 - ARTICOLO NON CEDIBILE AD ALTRI AD USO ESCLUSIVO DEL CLIENTE CHE LO RICEVE

