

Intervista “Alfabetica” Di Gilberto Costa

Introduzione:

*E' la volta di una campionessa rispondere alle domande **Alfabetiche!***

*La **pluricampionessa italiana della ultra maratona** quella da **100km!!!***

*L'ultimo titolo a **Maggio nel Passatore**. Figlia “d'arte”, **Paola Sanna** si racconta a **360°**, attraverso i suoi sogni, gli obiettivi e gli auspici. Dicendo la sua sul doping con un “**perché**” molto interessante. Delle “**differenze**” che tutt'ora esistono anche (e) nello sport sulla **considerazione** tra uomini e donne. **Il sogno mondiale** e quello di veder un giorno la sua **disciplina nel programma olimpico...***

- Nel tuo anno di nascita sono nati fra gli altri: il bravo e bello attore americano Orlando Bloom, la bellissima attrice Liv Tyler figlia della rock star degli Aerosmith. La soubrette Michelle Hunzicher. La bravissima, ora attrice Ambra Angiolini, Caterina Murino, Francesca Inaudi, brave pure esse. L'eccellente forzuto wrestler John Cena etc.

Insomma una gran bella compagnia! –

- **Cara Paola il tuo carattere leonino, la passione, uniti alla serietà nel lavoro, all'indiscutibile talento ti porteranno a raggiungere i tuoi obiettivi sportivi.***
- **I sogni, per quelli continua ad averne “mal che vada” aiutano a vivere meglio!***
- **Mi auguro che quest'intervista ti possa aver in qualche modo emozionato e ancor più importante fatto sorridere.***
- **E un giorno, magari con la medaglia mondiale al collo rileggerla simpaticamente.***

Ti ringrazio per la disponibilità e la simpatia, ti saluto dedicandoti la frase che più ti è rimasta - .

“... i più grandi campioni hanno sempre fatto la differenza col cuore”.

L'alfabeto, perché è la prima cosa che s'impara a scuola, e io ho tutto da imparare!

Domande serie, altre di più!

Domande curiose.

Eccola :

A “ Paola Sanna”



A proposito del doping

(Di la tua e attribuisigli uno o più aggettivi.)

R: : Una grande piaga dello sport, purtroppo sempre in continua evoluzione. Il divieto di far uso di doping ha anche natura etica oltre che penale. L'atleta che lo viola compie un atto sleale e la lealtà nella competizione rappresenta uno dei più importanti principi. Vorrei sapere però come mai ai Mondiali di nuoto facevano solo i controlli delle urine: assurdo! Tutti gli sport devono decidersi ad avere tolleranza ZERO con gli atleti e con chi gli consente di doparsi. L'aggettivo che abbino al doping è solo uno: VERGOGNOSO.

Basta!

(A cosa e ...cosa basterebbe...)

R: Lo so...mi ripeto, ma pazienza. Stop al doping! Fare sport non significa voler vincere ad ogni costo, ma solo migliorarsi con l'allenamento e lo spirito di sacrificio che caratterizzano i veri Campioni, dando il meglio di se stessi, indipendentemente dal risultato delle gare. Se non si capisce questo, si cambi hobby.

Corsa

(Che cos'è per te

Semplicemente perché corri)

R: Correre è una passione che senti dentro. Un gesto naturale che ti fa sentire libero e godere delle bellezze della natura. **E' cibo per la mente, prima che per il corpo...**

Descriviti

(Che runner...E come sei una volta smessi i panni sportivi. Hobby, passioni, Insomma com'è Paola donna.)

R: Trasparente, semplice, e molto determinata in questa mia passione: se mi prefiggo degli obiettivi ci credo fino in fondo. Tolti i completi da corsa e Saucony, sono una persona a cui piace stare con le persone a cui voglio bene e fare le cose con loro. Mi piace in particolare viaggiare o fare lunghe passeggiate nelle bellezze della natura che ci circonda. Caratterialmente credo di essere molto tranquilla e dopo tutto paziente, ma ad una condizione: serietà e sincerità, altrimenti “vedo rosso”!

E ... se avessi fatto

Un altro sport?

(Quale e con quali risultati Quali ti piacciono)

R: Nuoto , direi. In realtà se fai uno sport con tanto impegno, gli altri puoi farli solo raramente e solo per divertimento. Tra turni e allenamenti ho talmente poco tempo che non riuscirei a citarne nemmeno uno...

Famiglia

(Presentacela. Animali domestici compresi)

R: Mamma Luisa, papà Gianni (sportivo da sempre, che mi ha passato l'amore per la corsa) e due canarini (Tobia e Billy!) Papà un ex ultramaratoneta dal carattere apparentemente burbero e invece di una dolcezza e simpatia disarmanti: lui mi ha insegnato a vincere, ma anche a perdere. Il rispetto

è un suo valore fondamentale. Mamma...ci sopporta! Molto più “sulla terra” di noi ha comunque assecondato anche lei questa mia passione ed è davvero preziosa. Tobia e Billy sono stupendi...

Gare ...curriculum.

*(La 1° in assoluto, l'irrinunciabile
la tua futura di “punta”)*

R: come ormai tutti (o quasi!) sanno, la mia gara prescelta è il mitico Passatore. La gara che ho fatto più volte in assoluto e a cui sono particolarmente affezionata. E' lì che ho avuto il primo successo importante, lì che a maggio ho conquistato il mio terzo Titolo italiano 100 km su strada. Non è solo una competizione: è una dichiarazione d'amore per questo sport.

Hanno detto....

*(Una “frase celebre” famosa, che ti è
rimasta, vale anche una di un amico
o di un familiare)*

R: “... i più grandi campioni hanno sempre fatto la differenza col cuore”. Ma aggiungerei anche quella del mio sito “diligence is the mother of good luck” Senza l'impegno, nemmeno la fortuna può bastare.

Integrazione...

*(Nello sport è semplice; lo vediamo tutti i giorni
anche e nel podismo. Nella società è un po' diverso...)*

R: la competizione pacifica, che rispetta le regole e la considerazione per l'avversario, è un esempio valido non solo per lo sport, ma per le relazioni fra i Paesi. A me piace vedere uomini e donne di altre nazioni partecipare alle nostre gare locali, così come è entusiasmante essere in gare con migliaia di persone provenienti da tutto il mondo. La diversità delle culture è una ricchezza infinita e dobbiamo tutti vivere tenendo presente sia questo che il rispetto delle leggi e delle tradizioni di un popolo.

Libertà

*(Parola semplice, ma difficile
La tua idea)*

R: Sono pienamente d'accordo con questo detto: “La libertà di un uomo finisce dove quella degli altri inizia”. Credo che per considerarci tutti liberi, ognuno di noi debba agire pensando sempre di non oltrepassare il proprio confine, senza così danneggiare o limitare l'altro. Le Leggi dello Stato

basterebbero al nostro vivere civile, ma purtroppo le cronache ci dicono che non è affatto cosa facile..

Messaggio...

(Invia un messaggio a... Chi che sia!)

R: Alle mie avversarie (ma sia chiaro che è un messaggio scherzoso!!): "Occhio perché se sono dietro di voi, vi supererò prima del traguardo..." :-D :-D

Non so che darei...

(Per far...o per cosa)

R:per poter partecipare ai Giochi Olimpici. Questo è il mio più grande sogno ed è un grande dispiacere sentire che la nostra disciplina non ha ancora una "dignità olimpica". So che molte discipline aspettano questo da anni e infatti mi chiedo: cosa deve avere (davvero) una disciplina per entrare nel "regno dei Cinque Cerchi"?

Obiettivo

*(Prossimo obiettivo come donna,
e come podista?)*

R: Come donna due grandi obiettivi credo di averli raggiunti: avere un lavoro che amo e grazie a questo aver comprato casa.

Come podista ne ho uno a breve termine, migliorarmi sulla maratona, ed uno a lungo termine: portare a casa una medaglia d'oro mondiale.

Poni una domanda al tuo intervistatore

(Quella che vuoi.)

Credi che sia giusto che in alcune gare podistiche (di qualunque distanza) il montepremi per le donne sia di molto inferiore a quello degli uomini? A me questa cosa fa veramente arrabbiare.....

Assolutamente no!

Purtroppo, nonostante se ne dica, siamo ancora "distanti" dalla pari opportunità.

Peraltro non scopro certo l'uovo di Colombo, lo sport non fa altro che riflettere la cultura della nostra "arcaica" società.

Insomma si predica bene, ma si razzola male!

- Gilberto -

Q42 km e 195 mt. e...Ultra

(Cosa sono? Definiscili?)

A cuore "aperto"...

R: La maratona è la classica distanza che ci ricorda le Olimpiadi e che è l'emblema dell'atletica. L'ultramaratona è tutto ciò che va oltre la maratona, qualsiasi altra distanza che sia più di 42km e 195mt. È una gara che si distingue totalmente da quelle più corte. È come se si partisse per un'avventura, sapendo che si dovranno affrontare momenti di crisi e dove solo la forza di volontà e il crederci fino in fondo ti portano a terminare la gara. Naturalmente anche per una maratona può essere così, ma nelle ultramaratone è tutto più lungo e quindi amplificato. Direi che anche la soddisfazione finale forse dura di più, ma so che un maratoneta mi smentirebbe subito! Per cui: provare per credere!

Rewind, inizio tutto...

*(Quando è scattata la "scintilla"
per la corsa. In quale occasione?)*

R: Ho iniziato a correre così per provare, vedendo sempre mio padre che andava ad allenarsi, alla fine ho voluto provare anche io. E così per gioco ho fatto la mia prima 100km (quella del Passatore) proprio con lui, che l'aveva già fatta 5 volte, senza sapere bene cosa andavo a fare. Alla fine della gara è scattata la scintilla!!!

Sorriso

*(A chi lo regaleresti se fossi in possesso
di una "bacchetta magica")*

R: Sembrerà banale ma essendo infermiera all'Unità Coronarica degli Ospedali di Bergamo, ho visto e vedo ogni giorno delle realtà molto difficili di dolore e spesso disperazione. A tutte le persone che soffrono vorrei regalare un sorriso, così come alle persone che si trovano sole nella loro vita, in particolare gli anziani. Queste per me sono le persone che più meritano solidarietà e l'attenzione di tutti. L'indifferenza è un male terribile quanto la sofferenza fisica.

Vorrei anche aggiungere un appello: partecipate all'iniziativa benefica del mio sito "Il Contachilometri" in favore della UILDM Unione Nazionale Lotta alla Distrofia Muscolare. Anche a loro vorrei regalare un grandissimo sorriso.

Tornare & andare

(Tornare dove, andare perché)

R: Mi piacerebbe tornare alla mia prima esperienza di Mondiale della 100km, fatta nel Novembre 2003 e precisamente a Taiwan. Un'esperienza indimenticabile, forse perché la prima, ma anche per il grande risultato ottenuto in quell'occasione: medaglia d'argento individuale e medaglia d'oro a squadre.

Mi piacerebbe invece andare a visitare un po' i Paesi dell'Est, tipo il Giappone, che mi attira molto dopo aver già visto Taiwan e Seul.

Una (auto) domanda

*(Fatti una domanda alla quale
Vorresti rispondere, e che ahimè
Non mi è venuta in mente!)*

R: La domanda è: ***chi ti aiuta economicamente a fare attività agonistica?*** E la risposta sarebbe: i miei sponsor e i miei fornitori ufficiali (tra gli altri Saucony ed Enervit). Libraccio e Volvo Truck Center, miei gold sponsor, mi consentono di coprire spese che non mi potrei permettere e che per un'atleta possono essere davvero gravose. Mi permetto un rapido elenco: a parte tutti i controlli medici che ogni atleta (non solo di alto livello!!) deve fare in maniera serissima e ciclica con professionisti preparati, ci sono le trasferte e (se non riesci ad avere ospitalità) le spese degli hotel dove vai. Per te e chi ti accompagna. Poi sono indispensabili un fisioterapista e non ultimo un manager, ruolo fondamentale per cercare sponsor, ma anche relazionarsi con gli organizzatori e fare un serio lavoro di ufficio stampa. Altrimenti gli sponsor, giustamente, non sono contenti.

Viaggi “nel tempo” nel passato o nel futuro?

(Se si potesse quale scegli, e perché?)

R: Tra l'uno e l'altro scelgo il futuro: sarà perché sono un'ottimista e spero che le tante cose che non vanno bene oggi, nel domani saranno risolte.

Zapping sui tuoi primi 3...anni.

(Le varie “tappe” più significative Da quando ti ricordi ad oggi. La **famiglia**, scuola, primi sport, lavoro etc....)

R: Non ricordo moltissimo dei miei primi 3 anni di vita. Ricordo solo che la mattina mia mamma mi portava da mia nonna, prima di andare al lavoro. Poi al pomeriggio, appena mio papà finiva il lavoro, veniva a prendermi e giocavo tutto il pomeriggio con lui. Le mie parole chiave dei primi tre anni sono quindi GIOCO, nonna, mamma e papà: non potrebbe esser diversamente visto che sono figlia unica. ☺ Poi ho iniziato a nuotare e da lì lo sport è entrato definitivamente nella mia vita.

A Paola la “chiusura”:

Siete sicuri di non esservi annoiati?!! :-D Grazie per questa intervista e un abbraccio di cuore a tutti quelli che amano lo sport...quello pulito, ovviamente.

Di Gilberto Costa

gilbertocosta@hotmail.it