

E' una Francesca che si è appena asciugata le lacrime, quella che sentiamo pochi minuti dopo la vittoria della finale sui 60 ostacoli promesse che l'ha consacrata Campionessa Italiana. Contentissima per il risultato ottenuto, con una prestazione inaspettata anche per i più ottimisti. La seconda prestazione stagionale in Italia che le vale il gradino più alto del podio.

Come è stata la notte e il risveglio da Campionessa Italiana?

Non ho dormito molto, non ho smesso di pensarci. La mattina mi sono svegliata alle 5, non riuscivo a crederci e non riuscivo a smettere di pensarci.

La tua vittoria è arrivata inaspettata. Nessuno si attendeva una simile prestazione, un 8"43 strepitoso, ad un solo centesimo dal record sardo. Per vincere ti sei dovuta migliorare di ben 17 centesimi, che in una gara breve come i 60 hs sono tanti. Cosa è successo?

Nelle finali mi trasformo. Ero pronta. In batteria anche se ero un pò tesa, ho fatto il mio personale di 3 centesimi e questo mi ha dato la fiducia e la convinzione di far bene.

Vuoi ringraziare qualcuno in particolare per questo risultato?

Innanzitutto Andrea Atzeni. Non solo per la pazienza e per i meriti tecnici che non discuto nemmeno, ma per essere riuscito a farmi essere più calma nel vivere le gare e aver creduto in me quando io stessa non ci credevo. Benito Murgia, che mi ha tirata sù sportivamente per quasi otto anni, dandomi le basi necessarie a fare quello che sto facendo ora.

Roberto Sollai che quest'anno mi ha visto quasi più dei miei genitori.

Soprattutto i miei genitori: devo tutto a loro, perché se non mi avessero sostenuta nei momenti difficili e se non avessi ascoltato i loro consigli, ora non sarei certamente arrivata a questo.

All'arrivo all'aeroporto di Elmas sei stata accolta dalle tue compagne di squadra. Te l'aspettavi?

No ed è stata una sorpresa vederle con il cartello di bentornata. Ho sentito veramente l'affetto da parte dei miei compagni e della mia società.

Alla richiesta di un commento sul tuo oro, il Presidente dell'Amsicora ha avuto per te parole molto belle. Ed è raro sentire tali parole.

(Francesca legge quanto detto dal Presidente e arrossisce).

Non penso di meritarmi queste parole...

Qualche rammarico per i 60 piani? Visti i tempi della finale, saresti potuta salire sul podio.

Mi sono un pò mangiata le mani, visti i miei tempi in allenamento. Però ero mentalmente scarica e non ero al massimo come tensione nervosa.

Difficilmente sbagli i grandi appuntamenti e riesci a tirar fuori dal cilindro prestazioni eccezionali. Ti riesce difficile andare al massimo quando non hai gli stimoli giusti?

Le finali mi stimolano di più. Non ho paura di niente e riesco a tirar fuori prestazioni anche per me impensabili. Mi capita solo nelle finali.

In Sardegna non hai sostanzialmente avversarie sugli ostacoli. Per ovviare questo problema gareggerai fuori dall'isola, per cercare avversarie del tuo livello?

Sì, con Andrea ne abbiamo parlato e vedremo di gareggiare fuori per trovare stimoli.

L'anno scorso, hai ottenuto un quarto posto nei 60 metri indoor promesse.

Ai campionati promesse hai ottenuto il quarto posto sui 100 hs.

Agli assoluti sei arrivata nona sui 100 hs, prima esclusa, con tanta sfortuna, dalla finale. Il giorno dopo sei arrivata settima in finale sui 200 metri.

Ti è mancato un piazzamento sul podio, ma è stato un anno molto positivo per via dei progressi nelle tue prestazioni.

Il 2010 invece è partito subito nel migliore dei modi. Sembra essere l'anno buono.

(Francesca sorride prima di rispondere).

Prossima domanda?

Generalmente gli ostacolisti si impegnano esclusivamente sulla propria gara, o al massimo doppiano sui 110/100 hs o sui 400 hs. Tu invece gareggi indifferentemente sui 100 hs, sui 100 e 200 metri. Che differenza senti affrontando gara così diverse fra loro?

Mah... I 100 hs e i 200 metri li affronto diversamente ma non ho problemi. Come impegno mentale non trovo differenze. Come impegno fisico non ho grossi problemi perché fortunatamente sono molto resistente.

Da allieva sei stata vicecampionessa Italiana, dietro proprio a Giulia Pennella. Sei contenta di questa rivincita o ti interessa soltanto cercare di essere la migliore?

Cerco di essere la migliore, indipendentemente dalle avversarie. Non penso a prendermi rivincite e penso che Giulia sia una delle migliori ostacoliste in circolazione a livello assoluto.

Quali sono i difetti che stai cercando di migliorare?

L'approccio mentale. Ho poca fiducia in me stessa.

Un tuo pregio?

La determinazione.

I prossimi appuntamenti saranno gli Assoluti indoor, i Campionati Universitari e poi le fasi regionali dei Campionati di Società. Pensi che vedremo fin da subito miglioramenti nelle prestazioni rispetto allo scorso anno?

Spero proprio di sì.

Adesso hai venti anni. Fra due anni sarai vicina all'apice della tua carriera agonistica. Pensi di visitare Londra nell'estate del 2012?

E' il mio sogno da quando avevo tre anni.

Pochi minuti dopo la gara di sabato sentiamo telefonicamente Andrea Atzeni, allenatore di Francesca da un anno ormai.

Mister, complimenti per la vittoria. Era un risultato inatteso.

Inatteso e per questo ancora più bello.

La soddisfazione è stata anche maggiore vista la prestazione di Francesca, un eccezionale 8"43. Un titolo vinto per il merito di Francesca e non per demerito dell'avversaria.

Sì, Francesca ha fatto una gara splendida, così come splendida è stata la gara di Stefano Espa. Ha realizzato una prestazione strepitosa e si è meritata la vittoria e il titolo di Campionessa Italiana.

A fine mese ci sono gli Assoluti Indoor. Cosa dobbiamo aspettarci da Francesca?

L'obiettivo è di entrare in finale e poi si vedrà.

Confidi in un ulteriore miglioramento o saresti contento di una riconferma della prestazione della finale?

Beh, sarei molto contento anche se si riconfermasse.

Dal 2009 il Presidente della Società Ginnastica Amsicora è l'avvocato Alessandro Dedoni. Lo chiamiamo, chiedendogli un commento sulla vittoria di Francesca. Sentiamo grande felicità nelle parole del Presidente e un orgoglio per il risultato di quest'atleta cresciuta sportivamente nella centenaria società sarda e per il suo allenatore Andrea Atzeni, anch'egli amsicorino di lungo corso, sin da quando correva i 400 metri da atleta con la maglia verde.

Francesca, così come Serena Pruner, incarna i valori dello spirito amsicorino che da anni stiamo cercando di far instillare nei nostri atleti. Valori che si fondano sull'impegno, sulla modestia nel celebrare senza strepiti e senza strilli i propri ottimi risultati, sulla serietà che mostrano negli allenamenti e in gara, sulla grande educazione e il rispetto nei confronti degli avversari, sul non lamentarsi mai della sfortuna, dei piccoli o grandi problemi fisici, delle ingiustizie. Valori che Francesca e Serena possiedono e di cui la società è orgogliosa.

Questi sono un grande esempio di valore sportivo. Un valore sportivo vero. Loro e dei loro allenatori Andrea Atzeni e Nello Dessì, che fanno parte da sempre della società e sono amsicorini veri, che cercano di trasmettere questi nostri valori alle loro atlete e a tutti gli altri atleti che allenano. Adesso speriamo che questi risultati abbiano a ripetersi presto.

a cura di Gianluca Zuddas