

Pellegrini, il ritorno sui 200 a Genova è subito da record

**FEDERICA STABILISCE
IL MIGLIOR TEMPO
NEL MEETING LIGURE
«TOKYO 2020? ORA
DEVO RIABITUARMI
ALLA DISTANZA»**

NUOTO

ROMA Federica Pellegrini è tornata ai suoi 200 metri e li ha vinti in vasca corta al Nico Sapio, il meeting per "Genova nel cuore" disputato nel capoluogo ligure. 1:54.30 il tempo di Federica, che uguaglia il record della manifestazione: vorrebbe dir poco, se non fosse che la Pellegrini lo aveva stabilito quando aveva 17 anni e tutto cominciò anche da lì, perché era record italiano. E ora? «E' un buon punto di partenza», dice Federica. Partenza per Tokyo 2020? E' possibile. «Devo riabituarmi alla distanza», dice ancora la Pellegrini, e aggiunge: «E' un po' come quando mi preparavo sui 200 e nuotavo i 400: la distanza doppia! Bisogna riprenderci le misure. Devo riabituarmi e gestire meglio. Comunque è stato un bel 200 e mi sono divertita».

L'ASSENZA

Un buon ritorno da una stagione di assenza (per Federica è stata light, per Gabriele nulla, ma causa infortuni) per Detti nei 400 stile libero: «Ora sono qualificato anch'io», dice Gabriele. Il 3:39:08 lo promuove ai prossimi mondiali in vasca corta, dicembre in Cina. «Pensavo di fare 3.42, ecco perché sono molto contento per il tempo. E più ancora perché mi sono sentito bene». Ha lavorato sulla tecnica e si vede: saltella meno alla respirazione «e forse i problemi alla spalla venivano anche da questo». Torna a vincere Simona Quadarella: lo fa negli 800 e stabilisce anche qui il primato personale, 8:15.69. «E sono appena scesa dalla montagna e quando è così non sai mai se vai bene o male». Va bene. Ora velocizzerà: nuoterà i 200 a Livorno il prossimo weekend ed ha in mente una bella staffetta con la "complicità" della Pellegrini.

Piero Mei

© RIPRODUZIONE RISERVATA

