

Nettuno, lo sprinter delle dieci fatiche

«L'altezza conta, ma non quanto la passione per questo sport»

LODI Conoscete il decathlon? Avete presente campioni come Roman Sebrle o Dan O'Brien? Dimenticatevi tutto ciò: il più forte decatleta lombardo è un folletto dai piedi fatati alto 165 centimetri. Da un simile trampolino Federico Nettuno ha conquistato a maggio il terzo titolo regionale consecutivo guidando i compagni della Fanfulla al titolo a squadre e domenica scorsa a Besana Brianza ha concluso un'altra impresa: il decathlon in cento minuti. Sì, avete capito bene: dieci gare da disputare non in due giorni, come avviene nelle competizioni tradizionali, ma in un'ora e 40'. E il fanfullino ha ben risposto alla sfida, concludendo con un bottino di tutto rispetto: 5509 punti (il suo primato in gara "normale" è 6209, datato 2000, mentre per vincere il titolo lombardo 2008 a maggio è arrivato a 6149) con due acuti nei 110 ostacoli (un 16"66 notevole, soprattutto se

«Non sono un fanatico ma allenarmi è l'ideale per finire la giornata»

«Adesso mi manca soltanto la maratona ma ora non ci penso»

GLI ULTIMI RISULTATI

Lupo Stanghellini è secondo nei 3000 al "Meeting dei Memorial" di Cremona

■ Mezzofondo fanfullino in evidenza al "Meeting dei Memorial" di Cremona. Domenica Davide Lupo Stanghellini ha confermato nei 3000 quanto di buono fatto vedere nei 1500 dei Societari: per lui 8'49"73 (quasi 9" di progresso) e il successo sfumato in una volata in cui è stato battuto solo da Giovanni Balbo della Pro Patria Cus Milano. Alle loro spalle (sesto) Jacopo Manetti con un discreto 9'15"44. La stagione della pista è però ormai conclusa: il menu prevede ora la mezza maratona a Crema per Manetti (16 novembre) e ancora a Cremona per Lupo Stanghellini (19 ottobre). Tra le donne la stessa distanza ha visto il rientro alle gare della junior Alessandra Allegretta, grande talento da under 18 e quarta domenica con un buon 11'04"77 (12'34"43 per Chiara Tanelli): sarà proprio la Allegretta a coprire la specialità nella finale Argento dei Societari Under 23 in programma a Cosenza nel week end. Sempre a proposito di Cosenza, Giada Fechino si è presa d'autorità il posto per i 400 ostacoli vincendo la gara e limando il personale con 1'11"53. Negli 800 maschili buona prova per Abdellah Haidane (quarto in 1'59"51) e Hichem Maaoui (2'02"85); nella velocità bene Claudia Iacazio, al personale nei 200 (26"46) prima di chiudere seconda un 800 molto tattico, e Alessandro Arioli, che ha doppiato 100 (11"92) e 200 (23"95); nel martello infine seconda Simona Mantelli con 40.26.



Federico Nettuno, 32 anni, detentore del titolo lombardo, è uno dei più forti decatleti italiani

corso dieci minuti dopo i 400) e nell'asta (3.80). Il tutto nonostante un'estate tribolata in cui un tendine dolorante gli aveva addirittura fatto meditare il ritiro dall'agonismo e nonostante il gap fisico con avversari come Paolo Mottadelli, il nazionale di prove multiple che ha vinto a Besana Brianza. «L'altezza conta, ma mai quanto la concentrazione con cui si affronta la gara e la passione con cui si vivono le prove multiple», ama spiegare il 32enne Federico, protagonista alla Faustina da ormai un quarto di secolo. Da quando un bimbo di 8 anni con i riccioli biondi si era divertito a correre, lanciare e saltare alle "miniolimpiadi" della colonia Caccialanza e aveva convinto la mamma a portarlo al campo di atletica: era la vigilia dei Giochi (quelli veri) di Los Angeles 1984... Da lì è iniziata la parabola atletica del lodigiano, subito soprannominato "Cuor di leone" dallo storico allenatore giallorosso Marcello Granata e già da allievo avviato alle prove multiple, sfruttando la fresca specializzazione na-

zionale nel settore della direttrice tecnica "Lella" Grenoville, all'epoca sua allenatrice. A cavallo del nuovo millennio sono arrivati un nono posto ai tricolori Assoluti e un terzo ai Societari di specialità, conferma inequivocabile che il seme del decathlon aveva attecchito anche in buona parte della Fanfulla maschile. Ma le soddisfazioni non erano destinate a finire: oltre ai titoli regionali in serie dal 2006 infatti sono arrivati un altro terzo posto ai Societari di prove multiple 2007 e la quinta piazza agli Assoluti indoor

2008 di eptathlon. Per farlo da over 30 il segreto è il lavoro: Nettuno era infatti in pista anche a Natale... «Non sono un fanatico, a me l'atletica piace punto e basta - il commento del capitano giallorosso -: allenarmi è il miglior modo per chiudere una giornata, lavorativa e non, soprattutto in un gruppo come il mio, con Ivan Sanfratello, Filippo Carbonera, Mattia Guzzi, Marco Cattaneo e i due lodigiani adottivi Blaz Velep e Luca Cerioli». Anche la professione di Nettuno è intrisa di sport: diplomato Isef, il fanfullino insegna

educazione fisica nella scuola media di Graffignana e da sei anni gestisce i centri estivi di alcuni paesi del Lodigiano, facendo anche da bagnino: «Nonostante da bambino odiassi l'acqua», scherza lui. Le sue ambizioni di polivalente, dopo il record italiano di icosathlon (20 gare in due giorni anziché dieci) nel 2006 e il decathlon "sui generis" di domenica scorsa, non possono che avere la maratona come traguardo da raggiungere in futuro: «È l'unica gara che mi manca, ma non ci penso ancora, prima il mio sogno è con-

cludere un decathlon di fronte ai miei figli. Quindi dovrei avere il tempo di correre anche i 42 km e 195 metri...». Guardandosi alle spalle invece Nettuno ha un'idea precisa: «Non ho rimpianti. E se mi dicono che se fossi stato più alto avrei raggiunto risultati migliori io rispondo che così non sarei mai diventato Federico Nettuno. Quello che fa pensare a tanti che mi vedono al via dei 110 ostacoli: "Ma come fa a passare le barriere da 106 cm?". Ci riesce, ci riesce...»

Cesare Rizzi