

cercare la qualifica per i Giochi Olimpici di Rio. Forse senza troppa convinzione, a novembre dello scorso anno, avevo ricominciato ad allenarmi, dovendo però interrompere a più riprese gli allenamenti per una serie di piccoli problemi fisici. L'influenza a fine anno, un fastidio alla pianta di un piede a gennaio e un dolore alla schiena a febbraio, avevano fortemente segnato la preparazione alla stagione 2016, non permettendo di allenarmi con la necessaria costanza.

Presto svanito il sogno olimpico, desideravo terminare la carriera internazionale con una bella gara. Ho così cercato di rimettermi in carreggiata per riuscire a gareggiare ai Campionati del Mondo di marcia a squadre. A Roma, il 7 maggio, ho gareggiato per l'ultima volta a livello internazionale. Ad inizio luglio è arrivato il 37esimo titolo svizzero a Chailly s./Montreux, ottenuto sulla stessa pista in cui 19 anni prima avevo vinto il primo titolo nella categoria assoluta.

A livello internazionale non ho vinto nemmeno una medaglia, ma posso affermare di aver vinto tanto altro. Lo sport come "palestra di vita" e non tanto per dire.

Lo sport mi ha trasmesso molto, nei momenti belli ma soprattutto in quelli un po' più brutti.

Il praticare un'attività sportiva mi ha insegnato a conoscere me stessa, il mio corpo, i miei limiti e a provare a superarli.

Ho appreso ad ottimizzare il tempo libero ed organizzare al meglio le mie giornate (in questi anni parallelamente all'attività sportiva ho sempre lavorato, part-time, utilizzando tempo libero e ferie per allenamenti e gare).

Ho imparato a gestire le mie energie, a sopportare lo stress e la fatica, a reagire alle ingiustizie e cercare di superarle.

Mi sono messa in gioco, sempre, ho fissato degli obiettivi, ho cercato di raggiungerli, qualche volta i sogni si sono realizzati mentre in altre occasioni ho dovuto combattere contro la delusione di non essere riuscita ad ottenere quello che volevo.

Ho avuto la possibilità di viaggiare in lungo e in largo, per l'Europa, per il mondo.

Le rinunce (non mi è mai piaciuto parlare di "sacrifici") che ho dovuto affrontare non sono sempre state facili, ma a conti fatti sono felice delle scelte che ho fatto.

Ringrazio la mia famiglia che mi ha sempre supportato/sopportato, mamma Romana, papà Gabriele, le mie sorelle Luisa e Grazia, e il mio fidanzato Dario. Grazie per la pazienza che avete avuto in tutti questi anni.

Ringrazio papà Gabriele, Michel e Pietro, che nel corso della mia carriera mi hanno allenato. Grazie per gli insegnamenti che mi avete trasmesso.

Ringrazio coloro i quali, parenti vicini e lontani, amici, conoscenti e tifosi, mi hanno sostenuto in

tutte queste stagioni.

Ringrazio gli sponsor, grandi e piccini, per l'aiuto, finanziario e non, che mi avete dato.

Ringrazio Patrick, Daniele e Maurizio per aver sempre cercato di rimettermi in sesto fisicamente.

Ringrazio la mia società, la SAL marcia, la federazione di marcia, la federazione di atletica ticinese e svizzera, l'Aiuto Sport Ticino.

Ringrazio i miei datori di lavoro per avermi sempre permesso di assentarmi, e in particolare ringrazio i colleghi che in tante occasioni mi hanno sostituito.

Grazie Laura per aver condiviso chilometri e chilometri di allenamenti e gare, con il sole, sotto la pioggia, contro vento, sotto la neve.

GRAZIE a tutti!

The end

Mercoledì 09 Novembre 2016 17:15 - Ultimo aggiornamento Venerdì 11 Novembre 2016 15:39

