

## Il Fondo Ã una garanzia

*Tante emozioni e buoni riscontri ai primaverili di Comiso: Pol. Mimmo Ferrito prima tra le societ  davanti a La Fenice e Unime. Via ai collegiali*



I campionati regionali primaverili di Fondo, disputati nella tradizionale sede della Piscina del Sole di Comiso, si chiudono con risultati cronometrici molto interessanti, scaturiti da gare estremamente combattute su entrambe le distanze di gara.

Gli ottanta gli atleti al via, equamente ripartiti tra 3000 e 5000 metri, hanno dato vita ad entusiasmanti duelli che lasciano sperare bene per la qualifica agli Italiani in programma a Riccione l'11-12 aprile e per una stagione in mare ricca di emozioni.

La gara dei 3000 metri Ragazze   stata dominata da Vittoria Scalia (Pol. M. Ferrito) che ha chiuso con un buon 38'13? migliorando di quasi un minuto il tempo ottenuto l'anno scorso a Riccione, precedendo le compagne di squadra Emilia Rappa (38'35?) e Sara Laquidara (39'07?) protagoniste comunque di un'ottima prova. Tra i maschi nella cat. Ragazzi I-II anno sulla stessa distanza ha prevalso Simone Adragna (Pol. M. Ferrito) col tempo di 35'32?, davanti al compagno Andrea Di Piazza (35'49?) e ad Alessandro Barbaro (Unime, 36'22?).

Nella serie riservata ai Ragazzi III anno, che nel fondo fanno categoria a s  per adeguarsi alla suddivisione delle categorie internazionali che gi  li vedrebbero Juniores, ottima conferma da Giovanni Lauricella (Pol. M. Ferrito) che con 34'47? lima di una ventina di secondi il tempo di Riccione dominando la gara; argento per il compagno di squadra Gabriele Mazzamuto e bronzo per Gabriele Muzzetta (Sicilia Nuoto), distanziati di oltre due minuti.

Emozioni a non finire sui 5000 metri, gara estremamente complessa nella gestione fisica e mentale da parte degli atleti e dei tecnici. L'entusiasmo sugli spalti ha accompagnato ogni metro di due serie combattute dalla prima all'ultima bracciata. Tra le donne cat. Unica (C-S), Giorgia Di Mario della Swimblu vince col tempo di 1h.03'17?, chiudendo i conti con la sfortuna che le aveva fatto assistere all'edizione scorsa con gesso e stampelle. Argento e bronzo per la M. Ferrito con un'ottima Eliana Pardo ad appena 4? e una Chiara Faraci in grande crescita, che si migliora di quasi due minuti rispetto allo scorso anno arrivando a 13? dalla vincitrice in una gara incerta fino alle ultime vasche.

I tempi lasciano ben sperare in ottica Riccione, e lo stesso discorso vale per le Juniores: duello al cardiopalma tra Shannon Buckley (Pol. M. Ferrito) e Gaia Piccione (La Fenice), che si contendono la vittoria fino all'ultima bracciata, con



Shannon che tocca in 1h.03'36? appena tre secondi prima di Gaia. Le due atlete ipotecano la qualifica nazionale facendo gara a sè, con quasi due minuti di vantaggio sul bronzo, Azzurra Famoso (Poseidon).

Un duello simile ma reso ancora più entusiasmante da rimonte e sorpassi, risolto solo negli ultimi 500 metri, si è vissuto nella gara Juniores maschile tra i due talenti emergenti del Fondo siciliano. Simone Capostagno (La Fenice) ha alla fine prevalso con 56'07? su Tiziano Tripodi (Pol. M. Ferrito), tempo di spessore che, pur se lontano dal record ottenuto da Rapisardi a Riccione, migliora il primato dei Campionati. Tripodi cede solo nell'ultima parte di gara ma chiude con un 56'30? di valore, che dovrebbe rappresentare un buon biglietto da visita per le fasi nazionali. Va considerato che entrambi gli atleti erano alla prima esperienza su questa distanza. Il lotto degli inseguitori, molti dei quali hanno finito la prova sotto l'ora, è regolato da Antonio Bavastrelli (Unime) in 57'54?. La gara Assoluti (C-S) è vinta da Samuele Riccobeni (La Fenice) col tempo di 57'08? sul veterano Marco Inghima (Palermo Nuoto), che con 57'19? migliora ancora il proprio personale, e Andrea Capostagno (La Fenice) con un eccellente 58'07?.

La classifica per società (foto) vede sul gradino più alto del podio la Pol. Mimmo Ferrito (226 punti), davanti a La Fenice (94) e all'Unime (43), che la spunta di un solo punto sulla Swimblu.

Immediatamente dopo la chiusura delle gare hanno avuto inizio i lavori del collegiale che ha aperto la quinta stagione di FondoSicilia, un progetto nato in sinergia tra FIN Sicilia e il Settore Fondo nazionale e che, nel corso di questi anni, ha portato tecnici e atleti siciliani ad una costante crescita tecnica. Sotto la guida tecnica del c.t. regionale Tony Trippodo, i numerosi allenatori presenti hanno gestito due impegnative sedute di lavoro che per questo primo appuntamento sono state estese, come lo scorso anno, ad un ampio numero di atleti. Grazie alla disponibilità della vasca coperta da 50 metri della Piscina del Sole, i tecnici hanno avviato un percorso di programmazione, preparazione e selezione finalizzato non solo all'avvicinamento al nuoto in acque libere ma anche all'individuazione nel corso dei prossimi mesi degli atleti che rappresenteranno la Sicilia al Trofeo delle Regioni in programma a Piombino in luglio.

?Si è respirata una bellissima atmosfera e si è lavorato in sintonia tra i tecnici presenti. Sia loro che i ragazzi hanno fatto gruppo, e quando c'è un gruppo sano c'è un gruppo vincente - ha commentato a fine lavori il c.t. Trippodo - Tecnicamente, i podi delle gare hanno portato le conferme che ci si aspettava, ma si sono fatti notare anche tante nuove leve e tanti 'gregari' che si stanno conquistando un ruolo da protagonisti. In prospettiva nazionale sono molto fiducioso?.

?Il percorso di crescita del fondo regionale - ha sottolineato il presidente Sergio Parisi - è un mosaico di iniziative sostenute da FIN Sicilia, tra collegiali primaverili e Grand Prix estivo in acque libere, i cui risultati sono sotto gli occhi di tutti. In questa prospettiva, il lavoro svolto dal nostro settore fondo copre tutti i mesi dell'anno e ha nell'appuntamento di Comiso un punto fermo fondamentale. Ringrazio la gestione della Piscina del Sole per la disponibilità di un impianto che ha un ruolo strategico sul territorio e per la collaborazione da sempre prestata al nostro responsabile fondo, Nino Fazio, nell'organizzazione dell'evento?.

Definito ormai tutto il calendario nazionale, il Fondo siciliano si appresta a calendarizzare anche i propri appuntamenti, in una visione ormai proiettata alla partecipazione sempre più numerosa e qualificata ai Campionati Italiani, al Trofeo delle Regioni e alle selezioni per le prove internazionali.