



**l'Umbria  
che vince**

## Nuoto Valentina Bocali ha vinto il "Miglio del Passetto" Dalla piscina al mare, sempre regina

SPOLETO (c.b.) - Ha sbaragliato tutti al "Miglio del Passetto" trionfando nella sua categoria, M30, con un tempo di 31'19"07 e nuotando per 1 km e 850 metri, ovvero un miglio marino. E' così che la ventinovenne spoletina Valentina Bocali, sabato 17 luglio ad Ancona è salita sul podio, guadagnandosi il primo posto nella competizione di nuoto in acque libere che quest'anno ha visto la partecipazione di ben 245 sportivi. L'allenatrice e responsabile della squadra di nuoto master della società "Il Delfino" non era nuova all'impresa, visto che aveva partecipato negli ultimi due anni piazzandosi una volta in seconda e un'altra in terza posizione. "E' stata una bella esperienza

**"Che soddisfazione avevo contro atleti di rilievo"**

za - ammette con soddisfazione la nuotatrice - visto che c'erano atleti di un certo rilievo e vari esponenti delle fiamme oro". Valentina, che è abituata a nuotare in piscina non nega di aver trovato alcune difficoltà. "La gara non è stata affatto semplice - rivela l'atleta - dal momento che era organizzata in un tratto di mare in cui ci sono diverse correnti. Per fortuna il mare era calmo e poi il percorso, che si sviluppa nell'arco di un trapezio, era

tracciato dalle boe e veniva monitorato da giudici di gara e medici. Si partiva a 100 metri dalla riva, quindi già da un punto dove non si toccava. Nonostante fossimo divisi in tre gruppi a seconda delle fasce d'età: agonisti (fino a 18 anni), master (dai 25 ai 40 anni) e non tesserati (dai 40 anni in su) che partivano a distanza di tre minuti l'uno dall'altro, bisognava nuotare cercando di evitare sbracciate e scontri vari con gli altri partecipanti. Inoltre mentre in vasca la direzione è sempre la stessa, lì c'era anche la complessità di riuscire a seguire quella giusta perciò bisognava nuotare necessariamente a testa alta". La Bocali che abitualmente non ha la possibilità



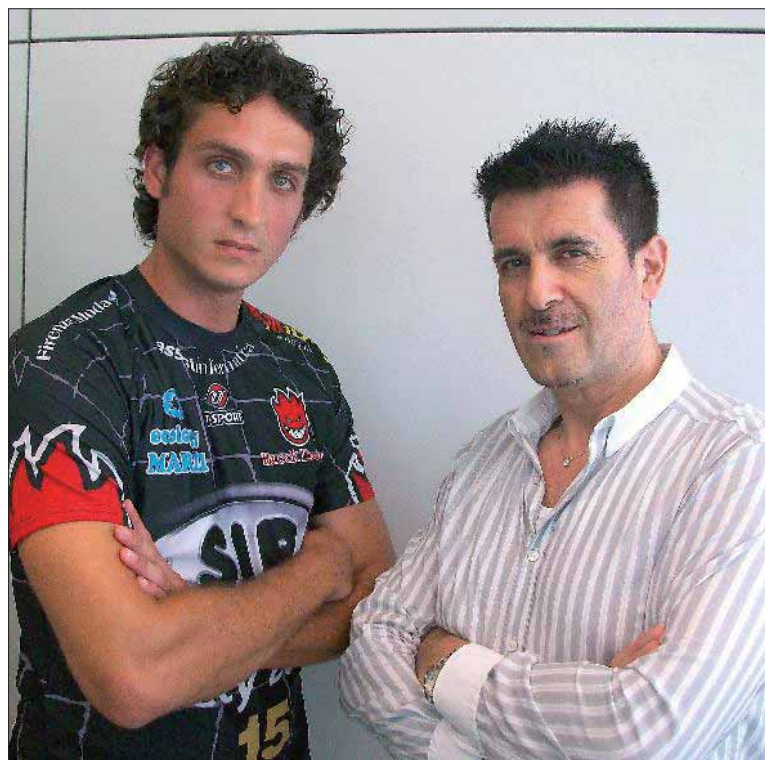
di allenarsi in mare, ha così dato prova di un'ottima prestazione. La sua passione per il nuoto parte da lontano. "Ho iniziato da piccola -

**Trionfo** L'allenatrice spoletina Valentina Bocali è salita sul podio ad Ancona piazzandosi prima e a Fano seconda

racconta - e fino a 12 anni ero agonista. Poi ho lasciato, continuando comunque a nuotare come amatrice. Quattro anni fa ho ripreso l'attività conseguendo risultati molto più importanti rispetto al passato, inoltre, da due anni faccio anche triathlon, e a breve avrò una gara". Ma le sorprese non finiscono qui. Valentina è anche campionessa regionale da due anni di mezzofondo, titolo che ha conquistato a giugno nella gara di 2,5 Km a Castiglione del Lago. E poi martedì 27 luglio a Fano alla "Nutata Longa" con oltre 400 atleti è stata capace di un nuovo importante risultato, ottenendo un ottimo secondo posto, a dimostrazione di una super condizione.

**Il personaggio** Il presidente della Sir Safety Umbria racconta i successi degli ultimi 4 anni

## Il sogno A2 ora è realtà Sirici: "Ho sempre voluto giocare al PalaEvangelisti"



**Numero uno** Gino Sirici con il neo acquisto Valerio Curti

**"Tre finali play off in quattro stagioni stanno a dimostrare la bontà delle nostre scelte"**

BASTIA - La serie A non è più un miraggio per Gino Sirici, carismatico presidente della Sir Safety Umbria che tanto ha fatto per portare la sua squadra ad alti livelli. Dopo quattro agognate stagioni, alla disperata ricerca di quel salto di categoria mancato sempre di un soffio ai play off, finalmente quest'anno, quando sembrava ormai tutto finito è arrivata in casa Bastia la buona novella di rispecchiamento in A2. E il sogno adesso è diventato realtà. "Abbiamo sempre lottato - spiega il presidente Sirici - e questo lo dimostrano le tre finali play off perse nelle ultime quattro stagioni. Se ci siamo arrivati è segno che abbiamo fatto sempre campionati di vertice. Quest'anno ci siamo alternati sempre tra la prima e la seconda posizione. Poi abbiamo perso in finale contro il Segrate ma per fortuna dopo la delusione è arrivata la bella notizia che avevano accettato la nostra domanda di ripescaggio in A2". E nonostante il salto di categoria non sia arrivato direttamente dal campo, il numero uno dei "Block Devils" tiene a precisare che il merito c'è stato. E in effetti la squadra messa in piedi dal presidente Sirici ha dato prova durante tutto il corso dell'anno di un andamento proficuo e soprattutto di un bel gioco. "Ci siamo

divertiti - ha proseguito il patron - e abbiamo sempre dimostrato di poter fare un campionato di vertice". Ed è per questo che Gino Sirici, non ha perso tem-

po a fare subito gli acquisti, per la prossima stagione così da avere una squadra competitiva in A2, avvalendosi dell'aiuto del coach Dall'Olio e del direttore

sportivo Beniamino Rizzuto. Dokic e Hietanen sono i due colpi di mercato stranieri. E poi Morelli, Serafini, Bagnolesi, Curti, Tomasello, Barbareschi, Lattanzi, Ranghieri, Rigoni, Fusaro e Prandi. Una rosa completamente rinnovata alla corte del tecnico Dall'Olio (ex Rpa) che sarà anche una scommessa per Sirici. "Siamo una new entry - dice il presidente - e dobbiamo puntare a fare un buon campionato cercando di mantenere la categoria. Inoltre alcuni dei nuovi acquisti non hanno mai giocato in Italia, come il serbo Dokic. Inizia una nuova era con una nuova squadra perciò bisognerà puntare innanzitutto alla salvezza. Ma l'obbligo di far bene ci è dato anche dal fatto di giocare in un palcoscenico importante come quello del Palaevangelisti di Perugia". Sirici non nasconde di aver sempre sognato di poter giocare nel capoluogo. "Sono onorato di fare questo campionato al cospetto dei perugini - afferma - e di poter dimostrare quello che abbiamo fatto a Bastia. La nostra è una società seria, che rispetta gli impegni, giocando sul fair play, per questo siamo stati subito accolti a braccia aperte anche dalle altre pretendenti al campionato".

**Cristina Biondi**

**Aletica Orvietano, 74 anni**

## Romolo Pelliccia una vita di corsa "Ora i mondiali in America"



**Europei** Per Pelliccia oro e argento

ORVIETO (c.b.) - "Una vita di corsa". E' così che Romolo Pelliccia, commerciante orvietano di 74 anni, reduce da un argento nei 5 km su pista e un bronzo nei 20 km su strada conquistati recentemente alla 17esima edizione dei Campionati Europei Master a Budapest, definisce la sua esistenza. "Ero nel novero di quelli che potevano vincere - attacca senza indugi - perciò me l'aspettavo". Una passione, quella per la corsa, che Pelliccia ha da sempre. "Negli ultimi 40 anni non mi sono mai fermato - racconta - tranne una breve parentesi diversi anni fa per motivi di lavoro". Tesserato con la K42 di Roma, il longevo corridore, che è stato 42 volte campione italiano, 5 campione del mondo e 9 campione europeo, nel corso della sua lunga carriera ha fatto parte di diverse società come la Libertas Orvieto, l'Assigiglio di Firenze, l'Unoerre di Arezzo e la Kronos di Roma, tanto per citarne alcune. E tanti sono stati i suoi successi così come ottime sono state molte delle sue prestazioni. "In Svezia, qualche anno fa, nei 5000 metri, feci il record italiano con un tempo di 22'32" - dice - e sui 20mila metri, una quindicina di anni fa, realizzai 38'12". Ma il momento più bello della mia carriera risale a una ventina di anni fa, quando vinsi due medaglie d'oro ad Atene, città prestigiosa dove si corse la prima maratona, durante i campionati europei". Quest'anno inoltre, Pelliccia, ha vinto anche quasi tutte le gare senza titoli. Per questo, visti i risultati che il veterano delle corse riesce ancora ad ottenere, non ha nessuna intenzione di smettere, anzi, pensa già a pianificare il suo futuro. "Finché il fisico me lo permetterà continuerò - afferma - nel 2011 ci saranno i campionati europei sulla 10 km e a luglio i mondiali a Sacramento in America spero di riuscire a partecipare ad entrambi". E così Pelliccia continuerà a girare il mondo, rigorosamente, correndo.

**Aletica** Laura Marchesini del Cus Perugia dopo il record negli 800 metri

## "Il segreto? Le gare con i maschi"

PERUGIA (c.b.) - Non ha ancora 18 anni ma già dimostra di avere la stoffa di una vera campionessa, Laura Marchesini, pupilla del Cus Perugia che si allena sotto l'attenta guida del bravo Sauro Mencaroni. Il 10 luglio scorso infatti, nel meeting di Orvieto, la giovane atleta ha stabilito il nuovo record regionale con 2'14"21 negli 800 metri Junior abbattendo così il record di Daniela Goriotti della Libertas Tacito Terni che risaliva al 1970. "Inizialmente non pensavo che avrei potuto realizzare grandi tempi - attacca convinta Laura - anche perché eravamo solo tre ragazze a partecipare, poi ci hanno unito con i maschi e da lì è venuto fuori il record. E' stata una bella emozione e soprattutto una sorpresa visto che partecipavano anche atleti molto forti". Ma i successi della Marchesini non finiscono qui. Il 15 luglio scorso, infatti, al meeting Nazionale di

Bologna, non solo ha migliorato il suo personale di 10 secondi portando la sua miglior prestazione a 4'45"24, ma ha vinto i 1500 metri correndo contro altre 30 avversarie. L'ambiziosa Marchesini, però, non si accontenta e già pensa alle prossime gare così come a migliorare il suo personale sui 1500 metri dopo la vittoria al Trofeo città di Orvieto. "A settembre ci saranno i campionati di società assoluti - dice - che si svolgeranno a Molfetta in Puglia. Parteciperò insieme al Cus Perugia e punto a migliorarmi ancora. E poi sempre a settembre prenderò parte alla finale under 23, dove vorrei ottenere un buon piazzamento sulla gara". La piccola atleta, che ancora frequenta il liceo scientifico, inizia la sua carriera da atleta solo 4 anni fa grazie al suo attuale allenatore Mencaroni, che a tutti gli effetti può essere considerato come lo scopritore di questo giovane talen-



**Promessa** Laura Marchesini in azione

to dell'Umbria. "Tutto è nato nel 2005 - racconta la campioncina - partecipando alle gare campestri con la mia scuola, l'Istituto Salvatorelli di Marsciano. Man mano sono arrivati sempre più risultati".