

## JUDO | Il personaggio

**ARTI MARZIALI.** L'atleta della società Valpolicella frequenta il liceo Montanari e in estate, dopo la maturità, si trasferirà a Roma nel gruppo sportivo delle Fiamme Gialle

# Valeria Ferrari: «Il judo non è sport di serie B»

Nel 2009 ha vinto i campionati italiani, europei e mondiali under 17, l'anno scorso ha dovuto rinunciare alle Olimpiadi giovanili per un infortunio

Elisa Pasetto

A vederla appena uscita da scuola, zaino in spalla, telefonino alla mano e scarpe da ginnastica, è difficile distinguere la ragazza dagli altri diciottenni.

Eppure, tra i banchi del liceo socio-psico-pedagogico Montanari di Verona, si nasconde una delle più titolate judoka del panorama italiano e internazionale: Valeria Ferrari, di Chievo, cresciuta sui tatami del Judo Valpolicella sotto l'ala dell'allenatore Pietro De Luca, nonché campionessa italiana in carica, under 20 e senior.

Che smessi i panni della studentessa, tra qualche mese sarà alle prese con la maturità, e indossato il judogi, tira fuori una grinta e una consapevolezza che tra i suoi coetanei sono

**«Ho una fortuna enorme, potrò mantenermi e trasformare ciò che mi piace in un lavoro»**

rari. «Ho una fortuna enorme», spiega l'atleta, che l'estate prossima si trasferirà a Roma per allenarsi col gruppo sportivo delle Fiamme Gialle, nel quale entrerà ufficialmente il 13 dicembre. «Potrò mantenermi da sola in una grande città, trasformando in una professione quello che mi piace: il judo».

**Decisamente un bel modo per diventare indipendenti, a soli 18 anni. Ma tutto questo è il risultato di un impegno che dura da quanto?**

Ho iniziato a quattro anni grazie alla spinta dei genitori, che credevano nel valore educativo dello sport, e a una maestra del doposcuola, che mi ha permesso di scoprire proprio questa disciplina. All'inizio era solo un gioco.

Ma a 12 anni ho iniziato ad appassionarmi, ho cambiato palestra e ho deciso di fare le cose seriamente: allenamenti duri, agonismo, trasferite in Italia e all'estero, il tutto grazie ai sacrifici, anche economici, della mia famiglia.

**Che cos'ha di affascinante questo sport così poco conosciuto?**

La gente pensa siano solo calci e pugni, invece in questa disciplina giapponese c'è molto contatto fisico e servono soprattutto tecnica e forza: è tutto un susseguirsi di prese per squilibrare e atterrare l'avversario.

**Forza, potenza, tecnica e destrezza: ce n'è da spaventare chiunque provi ad avvicinarsi...**

Me lo dicono tutti, scherzando: «Fai judo? Allora devo stare attento!», come se andassi in giro a picchiare la gente. Invece è esattamente il contrario: il judo si fa solo sul tatami, per me è solo uno sport. Nella vita non sono particolarmente coraggiosa né spavalda: credo che se dovessi trovarmi veramente in difficoltà, scapperei.

**E i tuoi amici e compagni fanno sport?**

Molti lo hanno abbandonato per concentrarsi sullo studio. A me, invece, praticarlo dà molto rigore: so che per studiare ho poche ore e quindi non perdo tempo.

Vorrei anche iscrivermi all'università, magari a psicologia. Certo, conciliare scuola e allenamenti a determinati li-



Valeria Ferrari, atleta della società Judo Valpolicella

velli non è facile: per le gare e i meeting perdo molte lezioni e recuperarle è complicato.

**I sacrifici si fanno, quindi. Anche nella vita privata?**

Non ho molto tempo per uscire, mi alleno tutti i giorni alme-

no due ore: la maggior parte delle amicizie, per forza di cose, le ho nell'ambito della palestra.

La sera, dopo cena? Preferisco un film in dvd con la famiglia, non amo in particolare discoteche o locali.



Valeria Ferrari in azione sul tatami in una foto di archivio

**La tua stagione migliore è stata il 2009, con la tripla vittoria ai campionati italiani, europei e mondiali under 17. Ora ti aspetta ancora una stagione under 20, poi diventerai senior. Sogni per il futuro?**

L'obiettivo di ogni atleta resta le olimpiadi. L'anno scorso ero qualificata per quelle giovanili a Singapore, ma ho rotto il legamento crociato e non ho potuto partecipare. Ora tengo i piedi per terra e preferisco preparare gara dopo gara. A marzo si terranno a Verona i campionati italiani, sto lavorando per quelli. Poi miro a buoni piazzamenti nell'European cup e in altre gare all'estero per guadagnare punti e di-

ventare una testa di serie nel circuito internazionale. E, sempre nel 2012, avremo anche europei e mondiali.

**E per il tuo sport, invece, cosa vorresti?**

Più considerazione, che si investa di più per farlo conoscere, magari trasmettendo sulla tv generalista almeno i campionati del mondo. Da molti anni è una disciplina olimpica, è riconosciuto come uno tra gli sport più completi, sviluppa concentrazione e coordinazione, è consigliato sia per i maschi che per le femmine. Eppure in Italia è ancora considerato uno sport di serie B. ♦