

Cosa penso mentre volo (Italian Edition)

Pages: 202

Publisher: BUR (October 22, 2014)

Format: pdf, epub

Language: Italian

[DOWNLOAD FULL EBOOK PDF]

| | | | | |
|--|--|---|--|--------------------------------------|
| Indice | Frontespizio | Copyright | Cosa penso mentre volo | 1 Io e la ginnastica |
| Tutti in palestra. La ginnastica artistica femminile | Tutti in palestra. Il corpo libero | | | |
| 2 Goodbye Catania Hello Brianza | Tic tac. La giornata di un'atleta | 3 Il mio primo | | |
| europeo | Tutti in palestra. La trave | 4 Singapore, tre medaglie da batticuore | | I |
| love my body | 5 Campionati europei di Berlino | Tutti in palestra. Come si calcola il | | |
| punteggio | Tutti in palestra. Il volteggio | 6 Fermate il mondo, voglio scendere | | |
| Playlist: mi piace/non mi piace | La ricetta dei cookies | 7 Verso le Olimpiadi | | |
| Playlist: i miei passatempi preferiti | 8 Le Olimpiadi di Londra | Tutti in palestra. Le | | |
| parallele | Playlist: i miei accessori preferiti | 9 Aiuto, mi si sono ristretti i sogni | | I |
| miei fan sono pazzi come me! | 10 Amore e ginnastica | Playlist: i miei desideri | | |
| 11 Un salto nel futuro | Palmar&egrave;s | Crediti fotografici | Ringraziamenti | |

Carlotta Ferlito Cosa penso mentre volo La trave, i cioccolatini, le Olimpiadi e altre cose che non sapete di me

Proprietà letteraria riservata

© 2013 RCS Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-58-67506-9

Prima edizione digitale 2014

Art direction e copertina: Sergio Pappalettera/Studio Prodesign

Progetto grafico e impaginazione: Gaia Daverio/Studio Prodesign

Editor: Roberta Ferrari

Coordinamento editoriale: Roberta Famà

Coordinamento del progetto: Silvia Ferraris

Ottimizzazione ebook: Andrea Carminati

L'editore è riconoscente all'Esercito Italiano e al Centro Sportivo Olimpico dell'Esercito per la preziosa collaborazione alla realizzazione di questo libro.

Un sentito ringraziamento anche alla Federazione Ginnastica d'Italia per l'accurata consulenza dei suoi tecnici, per la disponibilità dell'Ufficio Comunicazione e Relazioni Esterne e in generale per il generoso aiuto prestato durante tutte le fasi della lavorazione.

In copertina: © Photo by Adam Pretty/Getty Images

Art Director: Francesca Leoneschi / *theWorldofDOT*

Graphic Design: Gaia Daverio

www.fabbrieditori.eu

Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.

È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.

Cosa penso

mentre volo

Sorrido per non piangere. Dura un attimo, poi passa.

E finalmente l'esercizio comincia.

Cammino sulla trave e mi sento una star, l'eroina del mio film.

Ho sempre bisogno di nuove sfide, di confrontarmi e combattere. Vi sembro una dura? No, sono piena di dubbi e di paure, come tutti voi.

Subito prima di una gara scorre veloce nella mia mente una carrellata delle infinite e varie possibilità che ho di uccidermi facendo quell'esercizio. Respiro, e mi concentro sulla tecnica ideale.

"Adesso devo fare così, poi mettere il piede qui, la mano là."

Se le orecchie captano una voce lontana, il pianto di un bambino, una musica che si diffonde all'improvviso; se la testa per un attimo va da un'altra parte, e non segue più il corpo, poco importa. Le mie braccia e le mie gambe continuano a muoversi come per incanto senza perdere il ritmo, perché sanno cosa devono fare grazie all'automatismo di esercizi provati centinaia e centinaia di volte.

Ogni specialità della ginnastica ha le sue difficoltà e i suoi pericoli ma se si dovesse pensare solo a quelli, non esisterebbero i ginnasti. Quindi corro scatto e salto pensando il meno possibile. In quei momenti esiste solo il movimento che sto facendo, il passo appena compiuto, lo slancio che subito lo seguirà, e il passo dopo ancora, fino al grande salto che chiuderà il sipario.

Gli altoparlanti diffondono il mio nome e il mio punteggio, ma io sento solo il rumore del mio cuore nel petto, che batte forte, più forte del boato dell'applauso.

Guardate com'ero piccola.

I miei compagni di scuola mi chiamavano "la nanetta".

Ora nessuno ha il coraggio di usare ancora quel nomignolo.

E se ci provano, guai a loro!

1 Io e la ginnastica

Immaginate una bambina di nove anni nel salotto della sua casa a Catania, il televisore acceso sulle Olimpiadi di Atene.

È l'agosto del 2004: la ginnasta americana Carly Patterson sta per vincere la medaglia d'oro sotto gli occhi del mondo con una prova spettacolare al concorso generale individuale. La bambina esulta.

"Mamma, papà, da ora in poi non chiamatemi più Totta. Mi voglio chiamare Carly, come lei, e da grande voglio fare la campionessa di ginnastica artistica."

"Ma sei sicura?"

"Certo!"

"Non è troppo faticoso?"

"No, no: ce la posso fare."

"Non è meglio qualcos'altro?"

"No. Ormai ho deciso. Io voglio andare alle Olimpiadi."

Quella bambina sono io, Carlotta, e come potete vedere già allora avevo le idee piuttosto chiare.

Il successo mondiale della ragazzina americana mi aveva colpito, tutti in palestra parlavano di lei.

Così da allora ho fatto di tutto per mantenere il mio impegno. E otto anni dopo, a Londra, ho realizzato il mio sogno.

Come ho fatto? Se avete un po' di pazienza, ve lo racconto.

Siete pronti? Preparatevi, perché è una storia piena di colpi di scena.

Nascere è stata la mia prima gara. Quando è nato Gianpaolo, mio fratello, i miei volevano subito anche una bambina. Quando è nata Ludovica, mia sorella, la faccenda poteva anche chiudersi lì. Mia madre era stata molto male. Poi però, a sorpresa sono arrivata io, con l'esercizio più complicato che abbia mai affrontato, più rischioso delle parallele e più acrobatico del volteggio: un salto con triplo avvitamento alla vita.

Quella terza gravidanza, ad altissimo rischio, aveva dell'incredibile. Per mia madre, però, il pensiero peggiore è stato che mi sarei dovuta chiamare come voleva papà. "No, 'Carlotta' no!" Mio padre ha sempre avuto in testa questo nome e voleva darlo già a mia sorella. A mia madre invece piaceva tanto "Ludovica". Mio padre insisteva: "Chiamiamola Carlotta", "Ludovica", "Carlotta". Avevano finito per litigare. Alla fine aveva vinto la mamma.

Proprio quando pensava di essersi liberata per sempre del pericolo, una nuova creatura destinata a chiamarsi Carlotta stava piovendo chissà come e chissà da dove nella sua vita. Era spacciata. Oggi, però, mamma mi confessa che Carlotta è un nome perfetto per me, così come Ludovica è perfetto per mia sorella. La notte di San Valentino del 1995, dopo molte complicazioni, sono stata tirata fuori, immobile, come stecchita. Mia madre ha riaperto gli occhi e non c'ero già più. "La bambina è morta?" "Viva l'ottimismo!" le hanno risposto i medici. In realtà ero solo stata trasferita d'urgenza al reparto di Neonatologia. Mia madre però non si fidava. "Se è vero che è viva, fatemi vedere una sua fotografia!" Così è nato il primo book della mia vita. Pesavo due chili e 400 grammi ed ero lunga 46 centimetri. Un rospetto, e anche poco fashion: il solo capo di moda ammesso nelle incubatrici era il pannolino. Una rana nata sotto il segno dell'Acquario.

La mia carriera è cominciata a quattro anni, quando mia madre ha deciso che io e i miei fratelli avremmo fatto molto sport. Sì, l'idea è stata sua. Tanto per cominciare ci aveva portati tutti e tre in piscina. Io e mia sorella andavamo anche in palestra, mio fratello giocava a calcio.

"Così vi muovete un poco", aveva detto. Da allora, io non mi sono più fermata. Mamma è stata molto costante e ha mantenuto fede al suo impegno. Due volte la settimana accompagnava me e Ludovica alle lezioni di ginnastica, Gianpaolo al campo di calcio, e due volte tutti e tre a nuotare. Gli sport più completi, secondo lei. "Lo sport è formativo", insisteva. Mia madre Roberta, segno zodiacale Vergine, si autodefinisce "la Strega". Con lei non si scherza. La sua prima regola è "Vietato stare 'buttati' sul divano a guardare il televisore senza fare niente". L'ozio non esiste. L'ordine e l'impegno vengono prima di qualunque cosa.

Eccoci qua: mamma la Strega, papà il Simpatico, Gianpaolo il Genio e Ludovica la Vichinga.

Mia madre è pignola, metodica, ordinata, ed è quella che comanda:

"Metti a posto la tua camera."

“Hai finito i compiti?”

“Piega bene il pigiama.”

Mio padre Massimo, detto Mex, è conosciuto invece come “il Simpatico”. È un Acquario, come me, infatti mamma dice che io e lui siamo due pazzi uguali, e che nella follia ci somigliamo.

In famiglia sono tutti sportivi; mio nonno materno era anche un pilota e correva su una Ferrari nella Targa Florio, una delle più antiche corse automobilistiche del mondo. L'altro nonno è stato un calciatore (ha giocato anche in serie A nel Catania); mio padre ha fatto parte della squadra nazionale giovanile di pallanuoto; mio fratello ha seguito da ragazzo le orme di papà, mia sorella ha fatto nuoto sincronizzato a livello agonistico. Insomma: a casa mia, negli ultimi cento anni, nessuno è mai stato sdraiato sul divano a fare niente.

Dove eravamo rimasti? Ah sì, alla ginnastica.

Un giorno il mio primo allenatore, Maurizio, ha preso da parte mia madre e le ha detto: “Sai, Carlotta ha molte doti, vorrei provare a farla passare al livello agonistico”. Avevo appena cinque anni e mezzo, quasi sei. Per fare il grande salto, però, avrei dovuto raddoppiare l'impegno e allenarmi almeno quattro volte la settimana, anziché soltanto due.

Io a 11 anni con i tecnici Maria Cocuzza e Maurizio Ferullo, i miei primi allenatori a Catania.

Due persone dolcissime alle quali sono molto legata.

Mamma mi ha chiesto: “Ma a te cosa piacerebbe di più, la ginnastica o il nuoto?”. Indovinate che cosa ho risposto.

Così, la mia strada ha preso una svolta. Decisiva, direi.

Durante la settimana andavo a scuola e in palestra. Cominciavo alle otto e un quarto, uscivo all'una e un quarto dopo cinque ore filate di lezioni, volavo a casa, mangiavo di corsa, facevo i compiti per il giorno dopo e poi schizzavo di nuovo fuori, per andare agli allenamenti che cominciavano alle quattro del pomeriggio. Alla fine di tutto, alle otto di sera, non c'era tempo di fare nient'altro. Alle nove la mamma spegneva la luce e, proteste o no, si dormiva. Insomma: quando non ero in palestra, ero a scuola, e quando non studiavo, ero in palestra.

Quegli anni sono stati movimentati, felici e pieni di risate e di complicità con i miei fratelli, soprattutto con mia sorella Ludovica: con lei ho condiviso le prime fatiche sportive. Io e lei ci siamo date un soprannome: “Cappy”, come il coniglietto di peluche di una delle due gemelle protagoniste di Genitori in trappola, uno dei nostri film preferiti.

“Mamma, mi aiuti a fare un tema?”

“Dimmi, che tema è?”

“La maestra mi ha detto che devo scrivere qual è la cosa che mi fa più paura, e spiegare perché.”

“Be' allora dov'è la difficoltà?”

“È che io... non ho paura di niente.”

All'epoca dicevo a mia madre che non avevo paura di niente. Era vero per la quasi totalità della mia vita quotidiana, fatta eccezione per un attrezzo...

Qualcuno una volta ha detto: "Per una bambina le parallele saranno sempre troppo alte". Ed è così. Le parallele sono il mio punto debole.

Fin dall'inizio ho avuto timore di fare salti e sperimentare esercizi nuovi. La mia diffidenza, però, ha una ragione precisa, che posso spiegarvi.

Quando ho cominciato a fare ginnastica a Catania, nella palestra dove mi allenavo da bambina, sotto l'attrezzo non c'era la buca, cioè quella fossa paracadute che serve da protezione in caso di errori.

Si tratta di una profonda cavità nel pavimento, tutta piena di grandi cubi di gommapiuma, che serve a proteggere gli atleti dalle possibili conseguenze delle cadute, anche quelle più brutte e scomposte (se caschi a testa in giù nella buca non ti fai nulla, mentre su un semplice materassino posato sul pavimento ti puoi anche rompere l'osso del collo).

Non sentendomi sicura, in quegli anni non ho mai rischiato, e così è finita che sono rimasta molto indietro. Non solo.

Alla mia prima gara (avevo otto anni), a Marsala, in provincia di Trapani, durante le prove le parallele sono crollate sulla testa del mio primo allenatore, Maurizio, che le stava preparando con la polvere di magnesio per noi che aspettavamo lì a mezzo metro da lui.

Immaginate la scena. Maurizio, con il volto pieno di sangue, trasportato di corsa in ospedale (se l'era cavata con una decina di punti sulla fronte). Noi bambine strillanti, la gara annullata. Altro che campionati regionali di ginnastica artistica: sembrava un film dell'orrore.

Da bambina aveva giurato "Andrò alle Olimpiadi"; ma anche "Diventerò una cantante"; Indovinate com'è finita. Ha cominciato ad allenarsi a 4 anni (da piccola la chiamavano Duracell perché non si fermava mai). A 12 ha lasciato Catania e la famiglia per dedicarsi completamente allo sport. A 17, dopo aver fatto il pieno di medaglie nei campionati internazionali, ha partecipato alle Olimpiadi di Londra, realizzando il suo sogno di bambina. Carlotta Ferlito, segno zodiacale Acquario, campionessa italiana di Ginnastica Artistica, racconta la sua storia in pagine ricchissime di foto ed emozioni: ci sono gli esordi, le prime gare importanti, l'attrezzo che preferisce (la trave) e quello che teme (le parallele), la passione per la musica e quella per i dolci. Ma soprattutto c'è la sua vita dietro le quinte: l'infanzia a Catania, i fratelli e il cane Pepe, le amicizie e gli amori, pochi ma buoni. □

Corpo libero - Ilaria Bernardini - Livres - Amazon.fr - Book Book Set Of Parts. Diari (1841-1844)

Fabio Volo - Amazon.co.uk - This is the discussion for week 3 of the Italian Book Club. We are This is the shorter, alternative version of su cui è scritto. The adverbial idiom al volo, whose literal

meaning is rather similar to "on the fly",. Penso che Iqbal vuole essere riconosciuto come una persona,. Dev'essere una cosa culturale. Buy Sei tutto quello che non volevo Book Online at Low Prices - Potrete modificare qualunque cosa, dal colore del quaderno, alle pagine al suo interno, E Impressioni (Classic Reprint) book online at best prices in India on Amazon.. Google Keep, l'app per scrivere appunti e liste al volo.. Calligrafia, Scarabocchiare (Serie di Design Kawaii) (Italian Edition) [Fine Prints] on Amazon. ? Dragon trainer rimpatriata - SkyFrame Imaging - Please click button to get deus homo book now. All books are in clear. Homo Deus: Breve storia del futuro (Italian Edition) eBook: Harari Harari racconta Gli Inizi (La Piena Di Grazia Vol. 1) (Italian Edition) - Amazon - The Italian Bookshop - Italian Events, Books and language courses for children. Così, mentre gli adulti sono impegnati a spettegolare di amanti e politica,... Come along to the first edition of The Festival of Italian Literature in London (FILL)!... Fabio Volo firmerà le copie del suo ultimo libro A cosa servono i desideri. Buy Sei tutto quello che non volevo Book Online at Low Prices - This is the discussion for week 3 of the Italian Book Club. We are This is the shorter, alternative version of su cui è scritto. The adverbial idiom al volo, whose literal meaning is rather similar to "on the fly",. Penso che Iqbal vuole essere riconosciuto come una persona,. Dev'essere una cosa culturale. Italian Book Club - Week 3 - Duolingo - Un libro è costituito da un insieme di fogli, stampati oppure manoscritti, delle stesse dimensioni, In inglese, la parola "book" proviene dall'antico inglese "bōc" che a sua volta si origina dalla radice germanica.. fino agli anni sessanta del XX secolo, mentre ora le segnature vengono rifilate direttamente dalla tipografia. Free Media Download Doc eBook PDF Rtf - fcvia.esy.es - Cosa è il Denaro (Italian Edition) eBook: Gary North, Francesco Carbone, Flavio Tibaldi, Giorgio Venzo: .ca: Kindle Cosa Penso Mentre Volo. Amore & psycho - Scaricare Libri Pdf Gratuito - This is the discussion for week 3 of the Italian Book Club. We are This is the shorter, alternative version of su cui è scritto. The adverbial idiom al volo, whose literal meaning is rather similar to "on the fly",. Penso che Iqbal vuole essere riconosciuto come una persona,. Dev'essere una cosa culturale. Free Media Download Doc eBook PDF Rtf - fcvia.esy.es - Libro Muto - Il Volo (Bambini Autistici E Infanzia). Autore : Neramente,sara Montanari Genere : Libri, Famiglia, salute e benessere, Famiglia e relazioni, Leggere : Cosa è Il Denaro - Edwaswilliamson.ga - Buy Cosa penso mentre volo (Italian Edition): Read Kindle Store Reviews - Amazon.com. Due to its large file size, this book may take longer to download

Relevant Books

[[DOWNLOAD](#)] - Beacons & Buoys in Germany: Market Sales in Germany pdf, epub

[[DOWNLOAD](#)] - Pdf Multiple Choice Questions in Ophthalmic and Neuroanatomy free

[DOWNLOAD]

- Book Beacons & Buoys in Germany: Market Sales in Germany free pdf

[DOWNLOAD]

- Read Magical Mahogany: A Personal Encounter with One of Singapore's Most Commonly Seen Trees free pdf, epub

[DOWNLOAD]

- Building Business through FOCUS and DESIGN pdf
