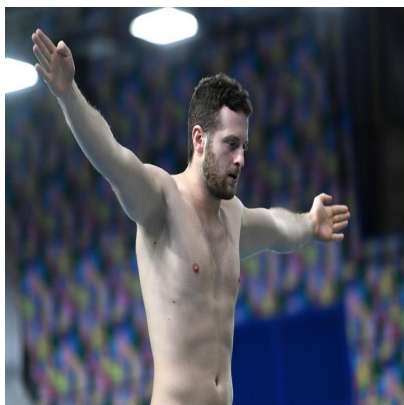




Bracciano, il 15 maggio Liceo Ignazio Vian â??Vincere se stessiâ?•

Descrizione

Gianni Brera, giornalista e scrittore, sosteneva che i tuffi sono â??una disciplinaâ?•, â??onorata dal coraggio e dalla graziaâ?•, in cui â??gli uominiâ?•, ma anche le donne, â??si ingegnano di mimare i gabbiani e qualsiasi altro uccello usi tuffarsi in picchiata per catturare un pesce a tutto beccoâ?•. Un altro scrittore, Raffaele La Capria, spiegava come â??il tuffo, diversamente da un racconto o un romanzo, una volta fatto scomparire e questo senso di effimero Ã? molto simile allâ??attimo fuggente che cogliamo nella vitaâ?•. Klaus Dibiasi, campione olimpico in tre edizioni consecutive dei Giochi dal 1968 al 1976 nella specialitÃ della piattaforma dai 10 metri, parla di â??ebbrezza di governare il proprio corpoâ?•. **Lorenzo Marsaglia**, uno degli eredi di Dibiasi, giura che â??la testa Ã? tuttoâ?•.

Proprio Marsaglia sarÃ il protagonista di â??Vincere se stessiâ?•, un incontro con gli studenti del liceo Vian di Bracciano, venerdÃ 15 maggio dalle 10 alle 11, un progetto della Biblioteca della bicicletta Lucos Cozza di Bracciano per promuovere la cultura sportiva, tra narrazione, letteratura. Lâ??incontro Ã? inserito nel Rome Foil Festival, dal 15 al 18 sul Lago di Bracciano, e dedicato agli sport dellâ??acqua. Ventotto anni, romano, dalla Lazio allâ??Aniene e oggi alla Marina Militare, specialista nel trampolino da 3 metri e nel sincro, Marsaglia ha conquistato un argento mondiale, un oro, due argenti e un bronzo europei, due argenti e un bronzo ai Giochi europei e un bronzo alle Universiadi, e ha partecipato a due edizioni delle Olimpiadi, a Tokyo nel 2021 e a Parigi nel 2024.

Marsaglia ha cominciato a tuffarsi a nove anni (â??Prima praticavo nuoto e tennisâ?•), si allena 10 volte la settimana (â??Significa circa 400 tuffi la settimana, 1500 al mese, 20mila lâ??annoâ?•), non solo in acqua ma anche a secco (â??In palestra e su un tappeto elasticoâ?•), non cÃ solo lâ??allenamento fisico ma anche quello mentale (â??La concentrazione deve essere totaleâ?•), Ã vero che la prestazione dura un paio di secondi â??ma dentro ci sono almeno 10 movimenti, e non se ne dovrebbe sbagliare neppure unoâ?•, e se nellâ??individuale â??cÃ forse piÃ¹ tensioneâ?•, nel sincro â??un eventuale errore personale pesa il doppioâ?•.

Sarà l'occasione per scoprire se un campione come Marsaglia segue riti o scaramanzie, se la sua disciplina è più simile alla danza o alla musica, se prova invidia per i calciatori o i tennisti, se andare in moto o in snowboard è vietato, se è indispensabile fare la vita dell'atleta e che cosa si intende per vita dell'atleta!

Marsaglia ha promesso di rispondere a tutte le domande, anche quelle più insidiose.

Marco Pastonesi

Giornalista sportivo ("La Gazzetta dello Sport") e scrittore ("Pantani era un dio", "Coppi ultimo", "La meta più bella della storia"), narratore di sport in teatro e nei festival, ha partecipato come autore e narratore al Festival della Letteratura di Mantova, all'Overtime Festival di Macerata, a LetterAltura sul Lago Maggiore, al Book Pride di Milano e Genova, al Salone del libro di Torino, a Più Libri Più Liberi di Roma, al Festival del ciclista lento di Ferrara. Collabora con Ti con Zero e Biblioteca della bicicletta Lucos Cozza per progetti e incontri di cultura sportiva.

Lorenzo Marsaglia

Ventotto anni, romano, si è formato nella Lazio, è passato all'Aniene, ora fa parte della Marina Militare. Specialista nel trampolino, ha conquistato il bronzo nel sincro 3 metri alle Universiadi 2017, il bronzo nel trampolino 1 metro agli Europei 2019, l'oro nel trampolino 3 metri, l'argento nel trampolino 1 metro e l'argento nel sincro 3 metri agli Europei 2022, l'argento nella squadra mista e nel sincro 3 metri e il bronzo nel trampolino 1 metro ai Giochi europei 2023, l'argento nel sincro 3 metri ai Mondiali 2024. Si è laureato in Fisioterapia con una tesi sul massaggio neonatale.

Biblioteca della bicicletta Lucos Cozza

Iscritta al Polo bibliotecario DDS- Istituto centrale dei beni sonori e audiovisivi Dedicata a un archeologo ambientalista che amava girare in bicicletta anche sul lavoro, privata, nata nel 2012 da un progetto di Fernanda Pessolano / Ti con Zero, ha sede a Bracciano, inserita nel Polo bibliotecario DDS - Istituto centrale dei beni sonori e audiovisivi, è l'unica nel suo genere non solo in Italia, ma in tutta Europa. Accoglie, presta e custodisce testi (tremila circa) dedicati alla bici in tutte le sue forme: biografie, romanzi, poesie, annuari, enciclopedie, antologie, saggi, manuali, guide.

Associazione Ti con Zero