

## ALTRI SPORT

## Dario Dester

## Una medaglia di bronzo per ripagare le 7 fatiche

**C**orsa, salti, lanci: "Mi piace tutto", spiega Dario Dester della Cremona Sportiva Atletica Arvedi, che a 17 anni indossa già il bronzo dei Campionati Italiani di Eptathlon grazie ad una prova monstre per un ragazzo alla prima esperienza nella categoria Juniores. "Adoro correre, lanciare e mi sto appassionando a saltare. Ecco perché ho deciso di dedicarmi alla specialità dell'atletica leggera che comprende tutto". Decathlon nella stagione outdoor, Eptathlon per l'indoor: in entrambi i casi, tanto, tantissimo allenamento.

**SETTIMANA** "La mia settimana? A scuola il mattino, al Liceo Marini di Cremona dove frequento il quarto anno. Nei pomeriggi di martedì e giovedì vado a Bergamo per allenarmi in una struttura indoor che permette di provare anche il salto con l'asta. Il mercoledì e il venerdì vado invece in palestra per esercizi specifici con i pesi. E nel fine settimana..." Gare o riposo, verrebbe da pensare. Invece: "Il sabato vado al campo scuola a Cremona, la domenica mi alleno facendo serie di ripetute".

**GLI INIZI** Per Dario Dester di Casalbuttano, avviato all'atletica da Nunzio Monfredini e dal compianto Paolo Cibolini, la multidisciplinarietà è uno stile di vita: "Consiglio a tutti i ragazzi di intraprendere questa strada - racconta il 17enne - Aiuta a crescere, a sapersi organizzare". E a dirlo è uno degli astri nascenti dell'atletica non soltanto cremonese. "Ho iniziato quando avevo quattro anni. Ed ho provato diversi sport, compresi pallavolo, basket e nuoto. Mi piaceva correre e mio papà mi ha consigliato di evitare il calcio". Come mai? "Perché lui era un portiere, giocava nel Casalbuttano e ha dovuto affrontare un grave infortunio. Dopo essersi rotto il ginocchio ha pensato di indirizzarmi ad un altro sport".

**ESEMPIO** Un consiglio di cui



Dario Dester sul podio dei Campionati Italiani di eptathlon

Dario ha fatto tesoro, trovando in un'altra atleta di Casalbuttano un esempio da seguire: "Vedevo allenarsi Sveva Gerevini con Pietro Frittoli, a Cremona. Ho pensato di seguire le sue orme. Nascendo come lanciatore e reputandomi bravo anche nelle altre discipline ho provato con il Decathlon".

**NUOVO ANNO** Un viaggio senza ritorno per Dario, che nel 2017 si è classificato secondo ai Campionati Italiani, a Rieti. Gareggiava nella categoria Allievi ed era già uno tra gli atleti più promettenti del Belpaese. Il 2018 è iniziato con un bronzo tra i più grandi, a livello Juniores. Un esordio oltre i 5000 punti che ha acceso i riflettori nazionali sul giovane

di Casalbuttano: "Il mio punteggio è il nono di sempre in questa categoria - precisa Dario -. Per essere al primo anno è un grande risultato. Ma punto sempre a migliorarmi".

**SETTE BELLEZZE** Sessanta metri piani, salto in lungo, getto del peso, salto in alto nella prima giornata di gare. Sessanta metri ostacoli, salto con l'asta, mille metri nella seconda. Sette prove con difficoltà crescente: "La più dura è sempre l'ultima, oltre ad essere la gara decisiva". Anche nel Decathlon, dove le distanze si dilatano e le prove aumentano, l'ultima gara è la più dura di tutte: "Le competizioni multiple finiscono solo quando hai tagliato il traguardo dei mille e cinquecento. Le specialità di corsa danno molti punti, ecco perché è fondamentale prepararle e portarle a termine nel miglior modo possibile. Ogni secondo corrisponde ad un minimo di sette o ad un massimo di dieci punti, moltissimi nell'economia di una gara".

**SFIDA** Una lotta contro il cronometro e contro l'acido lattico, una sfida prima di tutto contro se stessi. "Il fattore mentale è decisivo - sottolinea Dario -. Quando arrivi all'ultima prova della seconda giornata ogni dettaglio può fare la differenza". Passo dopo passo, l'atleta di Casalbuttano punta a diventare protagonista anche oltre confine. "Settimana prossima ci saranno i Campionati Italiani Individuali ad Ancona. Gareggerò nel salto in lungo perché voglio raggiungere i sette metri e forse nel salto in alto per superare i due metri. La prossima competizione di prove multiple purtroppo sarà ad aprile. I mondiali? Servono almeno 7200 punti, un'enormità per chi è al primo anno nella categoria Juniores. Dovrei migliorarmi con otto personali su dieci prove. L'obiettivo reale è rimanere nei primi quattro d'Italia".

Simone Arrighi  
sport@cremona1.it

CICLISMO  
Cavalli  
sul podio  
a Gand

Buon inizio d'anno per il ciclismo cremonese al femminile grazie alle due sambassenesi: Marta Cavalli e Federica Venturelli. Marta è scesa in pista a Gand con la maglia della Nazionale in Coppa del Mondo cogliendo un meritissimo podio nell'americana che ha disputato insieme alla fiorentina Lucia Paternoster.

Davanti a loro solo l'esperta coppia belga formata da Lotte Kopecky e Jolien D'Hoore, che ha infuocato il pubblico di casa. Secondo posto per le russe Guinaz Badykova e Anastasia Iakovenko davanti alle nostre. Bravissima anche Federica Venturelli, portata al ciclismo proprio da Marta, ma appassionata alla specialità del ciclocross e protagonista anche di un gesto di FairPlay molto apprezzato nel mondo sportivo. Dopo aver vinto a Roma il titolo nazionale Esordienti, Federica ha corso il campionato lombardo. E' giunta al traguardo insieme alla compagna di squadra (Cicli Florin) Elettra Paganelli e, in segno della grande amicizia con la compagna di squadra, la tredicenne sambassanese ha lasciato vittoria e titolo alla compagna di squadra.

Per vincere tutto, ci sarà tempo nei prossimi anni, quando lo sport, da gioco, diventerà agonismo puro. Intanto però il gesto di Federica, la vittoria di Elettra e quanto accaduto su quel magico traguardo del circuito lecchese è già un piccolo pezzo di storia. E un intenso e sincero messaggio educativo, che viene prima di ogni successo: un messaggio anche per lo sport dei grandi. Una ragione in più per essere fieri di queste ragazze che tengono alto l'onore del ciclismo cremonese.

Cesare Castellani

Dall'Argentina a Vescovato: da 40 anni il tuo carrozziere di fiducia

**Gulla CARROZZERIA**

La Passione al tuo servizio

Scegli i veri professionisti dell'auto  
**CHIAMACI AL 0372 830545**

CARROZZERIA GULLA di GULLA MAXIMILIANO  
Via Marchi, 69 - 26039 Vescovato (CR)  
www.carrozzeriaquila.com | info@carrozzeriaquila.it

**apis** I cappellini

CONFEZIONI SPORTIVE PUBBLICITARIE

Presenta: **apis** GABETTI

ABBIGLIAMENTO PROMOZIONALE / ABBIGLIAMENTO DA LAVORO  
CAPPELLINI ALIMENTARI / ABBIGLIAMENTO SPORTIVO

OGGETTISTICA / STRISCIONI PUBBLICITARI / BANDIERINE E STENDARDI  
GADGETS SPECIALI A RICHIESTA

STAMPA SERIGRAFICA / STAMPA DIGITALE / RICAMO

APIS s.r.l. via M.F. Gonzaga 5/7/9 - 26039 Vescovato (CR) Italy  
Tel. 0372 830479 - Fax 0372 81239 - www.apis-italia.com

**Freddi Servizi srl**

SERVIZI DI PULIZIA  
FACCHINAGGIO  
MONTAGGIO E SMONTAGGIO MOBILI  
SERVIZI DI LOGISTICA

Via Fabio Filzi, 3  
CREMONA  
Tel. 347 3030565  
freddiservizi@fastpiu.it