

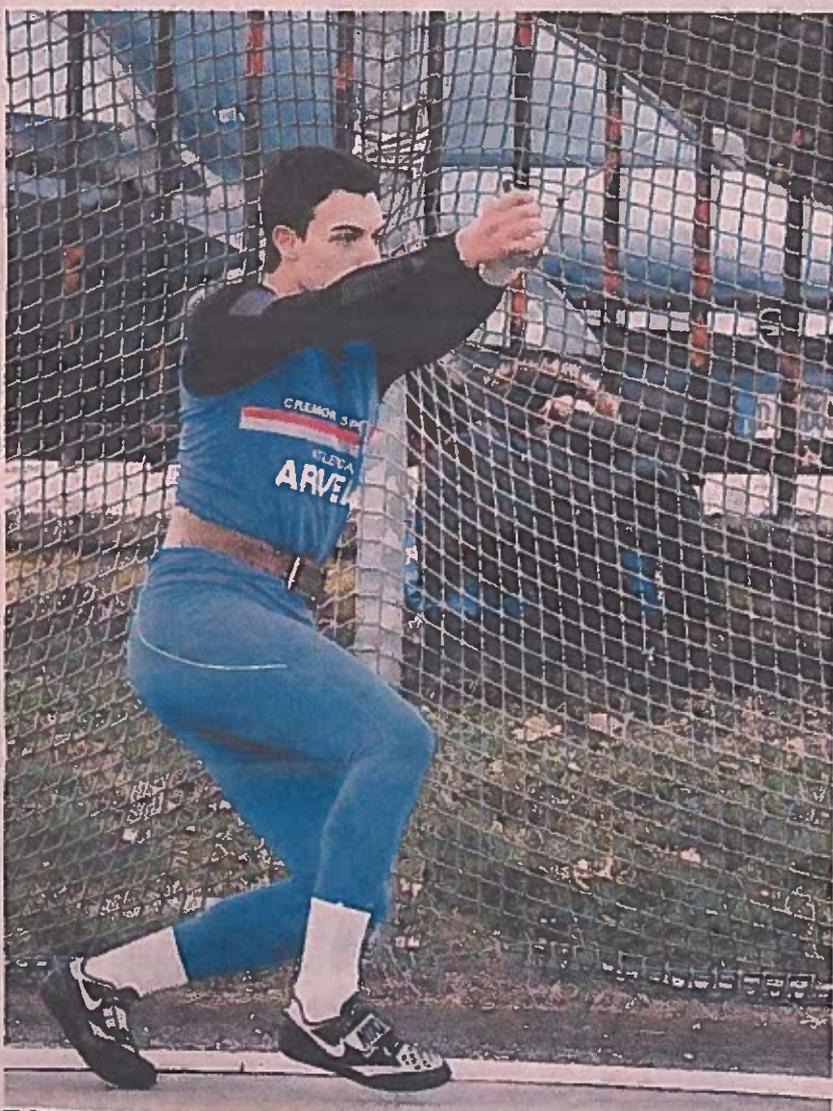
## ALTRI SPORT

# Nicolas Brighenti

## Vola sempre più lontano il martello del cremonese

**H**a scelto l'atletica leggera perché è la madre di discipline quasi essenzialmente individuali. Nicolas Brighenti, cremonese classe 1999 della Cremona Sportiva Atletica Arvedi, non è mai stato attratto dagli sport che vanno per la maggiore. "Non ho mai avuto la smania di divenire calciatore - racconta - e in generale ho sempre preferito le discipline dove tutto dipende, nel bene e nel male, da te stesso. Ho iniziato facendo pattinaggio in linea e facevo anche sci nello Sci Club Coelli, in quest'ultimo caso indotto da mia mamma, che era maestra di sci. Poi col pattinaggio ho avuto un brutto infortunio e mi sono rotto un braccio e così, un po' per paura un po' per girare pagina, ho preferito cambiare. Nel 2008-2009 ho provato con l'atletica, ero un bambino, andavo ancora in quinta elementare, e come sempre accade a quell'età si provano un po' tutti gli sport: si formano cioè gruppi divisi solo per età che si cimentano nelle varie discipline. Il martello peraltro ancora non è previsto a 10 anni: si lanciava il vortex. E' stato un percorso lungo, di prove e di test. Poi dall'Under 16 e da Cadetto ho provato con i lanci, ben consigliato dalla società e dal mio allenatore Pietro Frittoli. E devo dire che non mi sono mai pentito".

**EXPLOIT** Il 2018 è iniziato col botto: primato provinciale migliorato prima di 4 metri rispetto all'anno scorso e poi, da gennaio a febbraio, di ulteriori 70 centimetri. "Si punta sempre a migliorarsi e quanto ho fatto sin qui credo stia dando ragione al lavoro svolto: da Under 16 ero decimo in Italia, due anni fa da Under 18 sono passato quinto e ora da Under 20 sono terzo. Certo, non pensavo che il miglioramento fosse così netto in così poco tempo: è stato un vero exploit, peraltro non scontato se teniamo conto che lanciare, con i mesi freddi che stiamo attraversando, non è facile né banale. Con coach Frittoli eravamo convinti di poter migliorare,



Nicolas Brighenti

ma non così tanto: speriamo sia un ottimo viatico per il futuro".

**RECORD** Il record provinciale da te detenuto è ora di 63,45, quello italiano supera i 75 metri. "Sì, ma non ci penso, anche perché è un record che ha fatto storia: con quella misura oggi andresti ai Mondiali e andresti pure tranquillamente a medaglia. Ma lo devo pensare al mio percorso".

**LIMITE** Meglio una medaglia senza migliorarsi o un quarto posto ma aumentando il proprio record? "Se proprio non è possibile avere tutte e due, direi la seconda. La medaglia è una soddisfazione, certo, ma sul lungo periodo mi interessa fino a un certo punto. Invece la consapevolezza di poter battere te stesso e di avere dato il massimo, che un record certifica per forza di cose, è il

miglior riconoscimento che si possa ottenere. Paradossalmente, può capitare di vincere un oro o un argento senza fare una grande prova, se gli altri steccano. Io invece vorrei dare sempre il massimo. Va anche detto che, con le mie misurazioni attuali, se faccio record quasi certamente vado anche a medaglia, quindi spesso questo problema di scelta non si pone, per fortuna".

**CRESCITA** Migliorare pezzetto per pezzetto, lancio dopo lancio. Questa la mission di Nicolas. Già, ma quando hai capito di poter sfondare nel martello? "Non c'è stato un momento particolare: e i giorni sono sempre intensi allo stesso modo, con allenamenti tosti e una crescita lineare, senza sbalzi. Forse questo 2018, con quei primati ritoccati così rapidamente, è la vera eccezione. Ma non mi sono posto limiti oppure obiettivi: mi spiego meglio, non c'è una gara a cui tengo più di altre, né c'è una misura fissa che mi impongo. La speranza è che si possa sempre spostare l'asticella in alto, senza fissare tetti".

**MATURITA'** Tra Campo scuola e... scuola: è l'anno della maturità. "Con sei allenamenti a settimana non è semplice, ma non ho mai pensato di abbandonare lo studio: faccio Scienze Applicate all'Itis e so che il mio futuro, prima che dallo sport, potrebbe passare dalla scuola, dunque non intendo mollare in nessuno dei due campi".

**CONCENTRAZIONE** Sei un solitario? "No, non credo: diciamo che però quando gareggio preferisco concentrarmi su di me. Nel bene o nel male lo stesso sono la mia unità di misura. E questo mi fa capire colpe e meriti, pregi e difetti: per me è essenziale. Se praticassi uno sport di squadra non credo ci riuscirei".

Giovanni Gardani  
sport@cremona1.it