«Adesso tocca a me correre da leader Il Lombardia? Gioia e rimpianto»



La foto del podio con due giganti
Ecco il podio del Lombardia 117: Andrea Bagioli, 2°, primo da sinistra, con Tadej Pogacar, 25, 1°, e Primoz Roglic, 33, 3° (davanti a lui il figlioletto Lev). Secondo podio 2023 per un azzurro in un Monumento dopo il 2° posto alla Sanremo di Ganna BETTINI

IDENTIKIT

Andrea Bagioli

NATO A SONDRIO
IL 23 MARZO 1999
SQUADRA SOUDAL-QUICK STEP

ALTEZZA	PESO
176 cm	60 kg

Da jr ha corso per la C.C. Canturino 1902 (2016-2017, 15 successi); da Under 23 per la Colpack (2018-2019, 11 centri tra cui il Piccolo Lombardia). Pro' dal 2020, è stato 4 stagioni con il gruppo Quick Step: ora passa alla Lidl-Trek. Per lui 7 vittorie, tra le quali una tappa al Catalunya 2022 e il Gran Piemonte 2023 (nella foto LAPRESSE).

Bagioli ha svoltato

di **Ciro Scognamiglio**
@CIROSCOGNA77FETTA

All'inizio era per tutti o quasi *Bagiolino*, «ma ora siamo passati a *Bagio*. Eh, anch'io sto crescendo». Si può diventar grandi anche quando ti cambiano il soprannome, ma Andrea Bagioli vuole svoltare soprattutto attraverso i risultati, e nel finale di stagione lo ha dimostrato. La scorsa settimana, così in 6 giorni: 3° alla Bernocchi, 1° al Gran Piemonte, e soprattutto 2° al Lombardia. Staccato solo da Pogacar, capace in volata di battere a Bergamo Roglic per prendersi "l'argento". Sul podio era vicino a due fenomeni «eppure sinceramente ho ripensato a come sarebbe potuta andare se fossi riuscito a seguire Pogacar in discesa. Non lo sapremo mai, ma del piazzamento comunque sono davvero molto contento», ammette il 24enne valtellinese che si prepara a lasciare la Soudal-Quick Step: ha firmato un triennale con la Lidl-Trek.

Propositi Primoz Roglic, 4 grandi giri e l'oro olimpico a crono (per tacere del resto). Stefan Bissegger, campione europeo a crono 2022. Tom Dumoulin, nel 2017 re del Giro e iridato a crono. Quando Andrea Bagioli, da neo pro', nell'estate post-Covid 2020 aveva colto la prima vittoria tra i grandi al Tour de l'Ain (Francia), se li era messi tutti dietro, ad appena 21 anni. E neppure due mesi dopo si era ritrovato in azzurro al Mondiale di Imola, il più giovane in Nazionale dai tempi di un fenomeno di precocità come Beppe Saronni, fine anni 70. Inevitabile che un po' si creasse l'aspettativa che tocca ai predestinati: però in questo quadriennio, pur in mezzo a qualche lampo di classe pura, non sempre a Bagioli tutto è andato nel verso giusto: «Vero, ed è difficile capirne i veri motivi. Due anni fa, per problemi a un ginocchio, sono stato fermo tre mesi. Nel 2022, ci si era messo pure il Covid. Quest'anno è andata meglio, anche se sono mancato tra Freccia e Liegi. Il Lombardia per me non può che essere un punto di partenza. Devo essere più costante, riuscire ad andare forte tutto l'anno. Il progetto che ha per me la Lidl-Trek mi ha convinto da subito, lì potrò studiare da leader ed esserlo quando ci saranno le opportunità giuste. Ma sono stato bene in questi anni nel gruppo della Quick Step, si è chiuso un ciclo importante che mi ha fatto crescere. I miei spazi li ho avuti, senza pressioni. Poi ovviamente ho tirato quando serviva per gente come Alaphilippe ed Evenepoel. Normale». Sabato, nella rubrica che tiene per il giornale belga Het Nieuwsblad, il team manager Patrick Lefevere però si era espresso così: «Andrea è un grande talento, ma non sempre ha giustificato lo stipendio elevato che ha avuto». «L'ha scritta prima del Lombardia – sorride Bagioli –. Ma comunque mi ha fatto i complimenti, l'ho sentito, non ci sono problemi».

Pianeta Diplomato perito meccanico a Sondrio, messo in bici da papà Roberto, Andrea non ha mai fatto l'antico mestiere di famiglia: far rivivere i Lavéc, cioè lavorare al tornio per dare forma alla pietra ollare e trasformarla in pentole, piastre e oggetti. Un'attività che è stata rilanciata dal fratello maggiore Nicola, che pure è stato pro' tra il 2017 e il 2021. Da due anni Andrea vive a Lugano: è fidanzato con Letizia, ragazza valtellinese che lavora in banca. Dopo il primo miniritiro con la Lidl-Trek negli Stati Uniti, andranno in vacanza in Tanzania e a Zanzibar «dove penserò solo al relax». Bagioli è cresciuto ammirando in particolare Alberto Contador e Vincenzo Nibali «per il loro stile, per come riuscivano a inventare qualcosa nei momenti più impensati» e amando la montagna segue parecchio sci alpino e sci di fondo: «Sofia Goggia è una vera leader. Mi appassionano soprattutto le discipline tecniche. Alex Vinatzer è del 1999 come me, e forse pure a lui è mancata un po' di continuità». La corsa dei sogni «resta la Liegi, però adesso lo è diventata pure il Lombardia...». E per crescere ancora va curato ogni dettaglio: «Da quest'anno mi sono fatto seguire da un mental coach, Fausto Donadelli, che sta a Lugano. Ero un po' scettico, invece mi è servito. Una ottima esperienza». Sì, il nuovo Bagioli ora non vuole fermarsi più.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

TEMPO DI LETTURA 3'57"

Una vittoria al Gran Piemonte e il secondo posto a Bergamo hanno rilanciato Andrea: «Alla Lidl-Trek vado da protagonista. Sabato in discesa dovevo restare con Pogacar»

NEWS E APPROFONDIMENTI SU **Gazzetta.it**

HA DETTO

Mi sono affidato quest'anno a un mental coach, Fausto Donadelli: ero scettico, ma è servito

I miei modelli sono sempre stati Contador e Nibali, perché avevano fantasia

Andrea Bagioli

Occhio a...

Festival dello Sport Venerdì dalle 18 si svela il Giro 2024

Dopo la presentazione della Grande Partenza dal Piemonte, venerdì sarà svelato il percorso del Giro d'Italia 2024 dalle 18 a Trento, al Festival dello Sport: diretta (17.55) su RaiSport HD e Eurosport, streaming su Gazzetta.it. Poi, dalle 20.30, i commenti di Vincenzo Nibali e Pozzovivo sul canale Youtube del Giro con il format nato su Twitch della Squalo Tv.

OGGI DA TOMBOLO AL MONTE BERICO

Giro del Veneto: Trentin da battere Ci sono pure Velasco, Formolo, Mozzato

Mentre si sta correndo il Giro di Turchia – ieri colpo doppio per il kazako dell'Astana Lutsenko in salita (tappa e maglia) – in Italia è tempo delle ultime corse pro' della stagione. Si comincia oggi con il Giro del Veneto (86ª edizione), organizzato dalla PP Sport Events di Filippo Pozzato nell'ambito del progetto «Ride The Dreamland» che prevede pure la Veneto Classic di domenica (ultima gara in Italia dell'anno) e nel mezzo la Serenissima Gravel, venerdì, e la Social Ride VENEtoGO sabato per gli amatori. Il Giro del Veneto come detto va in scena oggi (diretta Eurosport dalle 15, RaiSport dalle 15.10): 170 km, partenza da Tombolo, in provincia di Padova, e arrivo sul Monte Berico (Vicenza). Il numero uno sarà sulla schiena di Matteo Trentin, il 34enne trentino della Uae-Emirates che l'anno scorso vinse sul traguardo di Vicenza.



Veterano Matteo Trentin, 34, argento iridato nel 2019 BETTINI

I più attesi: 1 Trentin, 4 Formolo, 5 Hirschi (Svi), 6 Majka (Pol), 7 Ulissi, 11 Cosnefroy (Fra), 16 Vendrame, 21 Conci, 25 Sbaragli, 27 Oldani, 31 Velasco, 33 Battistella, 43 Mosca, 51 Mozzato, 63 De Marchi, 65 Matthews (Aus), 67 Zana, 75 Piganzoli, 81 Fiorelli, 101 Frigo, 105 Pozzovivo, 111 Brambilla, 112 Galzoni, 135 T. H. Johannessen (Nor).

FLASH

In Cina
Comincia domani in Cina (conclusione martedì dopo 6 tappe) il Gree-Tour of Guangxi, giunto alla quarta edizione: si era disputato dal 2017 al 2019, poi lo stop per il Covid. È la gara che chiude il calendario World Tour: tra gli altri, al via ci saranno Jonathan Milan ed Elia Viviani

Se il campione cambia sport

NUOVE SFIDE / Valentino Rossi, leggenda delle due ruote, ha debuttato domenica nelle corse automobilistiche a pochi mesi dal suo ritiro dalla MotoGP
Da Jordan a Bolt, tanti atleti hanno provato a reinventarsi – Fausto Donadelli: «Spesso è un'esigenza per dimostrare a se stessi di valere ancora qualcosa»

Fernando Lavezzo

Un mito resta un mito, poco importa se ha cambiato sport. «Ti seguirei anche se giocassi a bocce», recitava lo striscione esposto da un tifoso di Valentino Rossi alla «8 Ore» di Imola. Ed lì che il «Dottore», leggenda del motociclismo, ha esordito domenica in una corsa su quattro ruote valida per il campionato GTWC Europe. Per lui e i compagni del Team WRT #46 – il belga Frédéric Vervisch e lo svizzero Nico Müller – un discreto 17. posto e tanta adrenalina, nonostante un errore ai box: «C'era confusione», si è giustificato Vale, che al «pit stop» di metà gara ha sbagliato piazzola ed è andato lungo. «Sono comunque contento. E ho imparato parecchio».

Dopo l'addio alla MotoGP e la nascita, un mese fa, della primogenita Giulietta, il 43. enne di Tavullia si è lanciato in questa nuova avventura al volante di un'Audi R8. Dice di averlo fatto per passione, «che è alla base di tutto». Ma non gli manca l'ambizione: «Voglio essere forte e andare veloce in gare importanti come la 24 Ore di Spa e in futuro Le Mans. Voglio capire fin dove posso arrivare e se posso raggiungere alti livelli anche in auto».



Valentino Rossi in azione alla «3 Ore» di Imola, gara valida per il campionato GTWC Europe. Il suo team ha chiuso al 17. posto. ©REUTERS/ALESSIO MAZZOCCO

Dal basket al baseball

Valentino Rossi non è il primo campionissimo ad avviarsi a una nuova carriera sportiva dopo il ritiro. Il caso più celebre resta quello di Michael Jordan, l'asso della NBA, che dopo il terzo titolo con i Chicago Bulls lasciò il basket per cercare fortuna nel baseball, lo sport tanto amato da suo padre, morto pochi mesi prima. «Voglio dimostrare di poter primeggiare anche in un'altra disciplina», affermò. Nel febbraio del 1994 firmò con i Chicago White Sox, ma venne presto girato in una lega minore. All'incirca un anno più tardi, «M. J.» abbandonò la mazza e il guantone per tornare a dominare il parquet.

È durato ancora meno, nel 2018, il sogno di Usain Bolt di diventare calciatore professionista dopo l'addio all'atletica. «Voglio dimostrare di poter giocare in uno dei migliori campionati europei», disse. Il giamaicano, re dello sprint, si è dovuto accontentare di qualche provino di prestigio (anche al Borussia Dortmund) e di un paio di amichevoli con i Central Coast Mariners, team della A-League australiana.

Dopo una carriera di trionfi, Rossi vuole capire fin dove può arrivare al volante di un'automobile

C'era una volta il calcio

C'è chi al calcio ha dedicato una vita intera per poi coltivare altre passioni. Petr Cech, ex di Chelsea e Arsenal, continua a fare il portiere, sì, ma di hockey su ghiaccio. Dal 2019 gioca nei Guildford Phoenix, nella quarta divisione inglese. In questa stagione ha disputato 12 partite con una percentuale di parate del 98,4%. Paolo Maldini, monumento del Milan, ci ha provato con il tennis. Nel suo curriculum vanta un match nel circuito ATP, in doppio, al Challenger di Milano del 2017. In coppia con Stefano Landoni o conquistò una «wild card», ma perse 6-1 6-1 al primo turno. Non ci fu una seconda volta. Un altro difensore, l'inglese Rio Ferdinand, si allenò per diventare pugile, ma gli venne negata la licenza. Fabien Barthez, portiere della Francia campione del mondo nel 1998, si è dato alle corse automobilistiche. Nel 2013 ha vinto il campionato di Gran Turismo francese. Il suo compagno di nazionale Bixente Lizarazu è cintura nera di Jiu-Jitsu. Tim Wiese, ex portiere della Germania e del Werder Brema, si è dato al wrestling nel circuito WWE, dove è conosciuto come «The Machine».

Un trauma psicologico

Potremmo continuare, ma ci fermiamo qui. Proviamo semmai a capire cosa spinga così tanti ex campioni a reinventarsi in discipline diverse da quelle che li hanno resi immortali. Prendiamola larga: «A volte il ritiro equivale a un vero e proprio trauma psicologico», ci spiega il mental coach Fausto Donadelli. «A una certa età, l'atleta raggiunge un limite fisico che non gli permette più di ottenere determinate prestazioni. In lui nasce quindi la consapevolezza di dover rinunciare a qualcosa per cui ha lottato tutta la vita».

Alcuni reagiscono bene, godendosi una pensione spesso dorata. Altri trovano soddisfazione abbracciando un nuovo ruolo nello stesso ambiente: allenatore, dirigente, agente. Per qualcuno prevale il senso di vuoto. Crisi e depressione sono dietro l'angolo. Infine ci sono i campioni di cui stiamo parlando oggi, quelli che si reinventano. Cosa li motiva? Ancora Donadelli: «Per gran parte della loro esistenza molti atleti convivono con la necessità di dimostrare a se stessi di poter ottenere determinati risultati. Per anni vivono in balia degli obiettivi, inseguono dei traguardi per sentire di valere qualcosa. Non è una condotta del tutto sana: nel momento del ritiro, infatti, possono emergere dei dubbi sulla propria identità. Ecco allora nascere l'esigenza di lanciarsi in un'altra nuova sfida sportiva. Immagino che possa essere stata questa la leva che ha spinto Valentino Rossi a gareggiare con le auto, al di là del bisogno di impegnare il tempo».

La competizione nel DNA

Raramente chi si reinventa in una nuova disciplina ottiene risultati strabilianti, ma Valentino potrebbe avere i suoi assi nella manica: «La sensibilità ai motori e il senso della velocità non gli mancano di certo, e poi ha già fatto esperienza sulle quattro ruote», afferma Fausto Donadelli. «Nella categoria che ha scelto, inoltre, i suoi 43 anni non sono affatto un problema. Insomma, potrebbe ancora dire la sua, ma è impensabile che raggiunga i trionfi e la carriera che gli hanno regalato le moto. A parole vorrà abbassare le aspettative, ma i campioni come lui hanno la competizione nel DNA e gareggiano sempre per vincere. Senza risultati, il trauma del ritiro potrebbe amplificarsi».

Eterni rivali

Anche Jorge Lorenzo si mette al volante

Porsche Carrera Cup Italia
Anche Jorge Lorenzo, come Valentino Rossi, passa dalle due alle quattro ruote. Lo spagnolo è stato annunciato come nuovo pilota del team Q8 Hi Perform. Il cinque volte campione mondiale delle moto sarà il pilota ufficiale della scuderia nella Porsche Carrera Cup Italia 2022, il monomarca tricolore giunto alla 16. edizione. Il campionato, dopo i primi test ufficiali previsti a Monza il 13 aprile, aprirà ufficialmente i battenti nel weekend del 7-8 maggio ad Imola. «Inizia una nuova e stimolante fase della mia vita – dice Jorge Lorenzo –. Non vedo l'ora di mettermi in gioco e dimostrare tutto il mio valore al volante. Abbiamo un team forte, affiatato e ambizioso: tappa dopo tappa, il nostro obiettivo dovrà essere sempre quello di crescere e di vincere quante più gare possibile».

Brilla il Malcantone, male il Sayaluca

INLINE HOCKEY / La squadra di Schuler bastona il Lechelles, i luganesi strapazzati dal Rothrist

Il ritorno dell'inverno ha mietuto una vittima illustre. Sulla pista del Rothrist, il Sayaluca si è congelato. Sotto il ritmo incalzante della neve, con una pallina ingestibile e un avversario solido, capitan Müller e compagni sono stati battuti 8 a 1. «Queste sconfitte ti segnano e ti portano ad avere la giusta grinta per crescere», afferma coach Bay, che ora avrà a disposizione tre settimane di allenamenti per raddrizzare una stagione finora avara di soddisfazioni. Il Malcantone ha invece inflitto una batosta al Lechelles. Disciplinati in difesa e spietati in attacco, i ragazzi di Schuler sono andati in rete con regolarità, spinti da uno scatenato Reto Bernasconi, autore di una tripletta. Efficace la 3. Una prova di maturità che lascia ben sperare per il prossimo doppio impegno casalingo: sabato alle 17.30 il Malcantone ospiterà il Bienne 90, mentre domenica alle 14.30 sarà la volta del Givisiez. La giornata di domenica sarà in favore di Greenhope.

Weekend positivo per i Novaggio Twins, sia con la squadra juniores, sia con quella degli attivi in LNB

Il vero colpaccio delfine settimana l'hanno fatto i Novaggio Twins con le squadre juniores e attivi. Dopo aver spazzato via ogni dubbio all'esordio vincendo 7 a 1 contro il Gerlafingen, gli juniores di Santoro si sono ripetuti sulla pista di Zofingen contro il Wiggertal in un incontro folle. Sotto per 5 a 1 dopo 20 minuti, i ragazzi di Santoro hanno intavolato un secondo tempo perfetto dal parziale di 4 a 0. Ma i padroni di casa non hanno mollato e sono riusciti a portare la sfida ai rigori, dove l'estremo difensore Simone Soldati ha fatto la differenza, regalando la vittoria ai ticinesi. Anche i «grandi» del Novaggio hanno impressionato in LNB. Sabato sulla pista del La Tour hanno trascinato i padroni di casa fino ai supplementari per poi arrendersi 3 a 2 a 6 secondi dal termine. Domenica la sorte ha invece sorriso ai malcantonesi, che contro la neopromossa Aire-la-Ville hanno conquistato i 3 punti vincendo 3 a 2. La prossima fatica dei Twins è prevista sabato alle 18, in casa con il Courroux. **Simon Majeli**

IL CASO / DA NAOMI OSAKA A SIMONE BILES / parla Fausto Donadelli, mental coach

Tra ansia, pressione e sfiducia Quando l'atleta lotta coi demoni

Fernando Lavezzo

Sembrava che il mondo fosse ai suoi piedi. Invece lei, Simone Biles, il mondo se lo sentiva sulle spalle. La 24.enne americana, stella della ginnastica, vincitrice di quattro ori ai Giochi di Rio del 2016, ha fatto un passo indietro sul palcoscenico di Tokyo 2020. Dopo aver abbandonato la competizione a squadre di martedì, oggi non sarà in gara neppure nel concorso individuale. «In testa ho dei demoni», ha detto. Ne abbiamo parlato con un esperto, Fausto Donadelli, mental coach di numerosi sportivi d'élite.



Simone Biles, stella della ginnastica, ha deciso di rinunciare alla finale del concorso completo in programma oggi. © AP/GREGORY BULL

«A volte mi sento davvero come se avessi il peso del mondo sulle spalle. Faccio sembrare che la pressione non mi colpisca, ma è dannatamente difficile: le Olimpiadi non sono uno scherzo». Pubblicato su Instagram dopo le qualificazioni di domenica, meno brillanti del solito rispetto ai suoi incredibili standard, il messaggio di Simone Biles si è successivamente rivelato in tutta la sua drammaticità. «Appena metto piede sul tappeto sono solo io e la mia testa e ho a che fare con dei demoni», ha detto in conferenza stampa, dopo essersi fatta sostituire nella finale a squadre. Inizialmente, la federazione statunitense aveva parlato di «problemi medici». La ginnasta - da molti considerata la più forte di sempre - ha però scelto di raccontare tutto, senza nascondersi: «Non ho più fiducia in me stessa. Sono nervosa, non mi diverto come prima. Devo fare ciò che è giusto per me e concentrarmi sulla mia salute mentale». In passato, lo ricordiamo, Simone si era definita una «sopravvissuta» tra le vittime di abusi sessuali da parte del medico del Team USA Larry Nassar, condannato a una pena minima di 40 anni.

Se manca il divertimento

Non si sa se Biles prenderà parte alle finali nei singoli attrezzi di domenica. Una decisione verrà presa dopo valutazioni quotidiane del suo stato di salute. La vicenda della ginnasta americana ricorda quella della tennista giapponese Naomi Osaka: ritiratasi dall'ultimo Roland Garros, la numero 2 del ranking WTA è tornata in campo ai Giochi di Tokyo, da lei «aperti» come ultima tedofora. La 23.enne è stata eliminata al terzo turno da un'avversaria modesta. «Ultimamente queste crisi si presentano sempre più spesso», ci dice il mental coach Fausto Donadelli. Lui, con gli sportivi, ci lavora ogni giorno. Tra i suoi assistiti ci sono Elvis Merzlikins, portiere dei Columbus Blue Jackets in NHL, la tennista Jelena Ostapenko, vincitrice del Roland Garros nel 2017, ma anche il biker ticinese Filippo Colombo, dodicesimo nel cross country a Tokyo. «Biles e Osaka sono cresciute con l'obiettivo di vincere a ogni costo. Questa costante ricerca del risultato genera una pressione notevole, soprattutto se si ha talento. Prendiamo la Biles: a 24 anni ha già vinto tutto ciò che c'era da vincere. Ormai, come ha detto l'altro giorno, sono soprattutto gli altri, e non lei, ad aspettarsi i suoi successi. Dover sempre dimostrare di essere la migliore al mondo può generare degli stati di ansia e delle crisi. È un continuo mettersi in discussione. Sia Biles, sia Osaka, hanno sottolineato la mancanza di divertimento in ciò che fanno. È grave, significa che non stanno più facendo una cosa che gli piace. La stanno facendo per altri motivi. Forse i soldi, forse il desiderio di non deludere le aspettative di familiari e tifosi. Di sicuro non lo stanno più facendo per loro stesse. Biles e Osaka hanno dato tutto per le loro discipline. Parliamo di 7-8 ore di allenamento quotidiano, tutti i santi giorni, prendendo parte ad ogni competizione con l'obiettivo di essere performanti al massimo. Ma sono esseri umani. Sono ragazze. È importante che si prendano i loro spazi».



«Se la testa non riesce a dettare il giusto ritmo al corpo, non c'è niente da fare: è la libertà mentale a generare l'istinto
Fausto Donadelli
mental coach

Confessioni olimpiche

Nell'ultimo anno e mezzo la pandemia ha scombussolato tutto, sport compreso. «Il momento che stiamo vivendo può aver influito tantissimo sul crollo di Simone Biles», ipotizza Fausto Donadelli. «Partecipare alle Olimpiadi, l'evento più prestigioso in assoluto, sapendo che non ci sarà il pubblico, è già complicato. Andarci con la paura di contagiarsi, poi, ha generato ulteriore ansia, un'ulteriore problematica da gestire. A causa delle restrizioni, a Tokyo gli atleti non sono liberi neppure nei momenti di libertà. Un bel paradosso, oltre che una fregatura. Questo elemento può aver amplificato determinate sensazioni o emozioni negative».

Biles e Osaka hanno entrambe scelto di parlare pubblicamente del loro disagio. Un atto di forza in un momento di fragilità: «Da parte loro c'è stata una bella presa di coscienza, riconosce Donadelli. «Ancora più potente nel caso della ginnasta, perché inizi almeno la sua federazione aveva deciso di proteggerla tra l'ascondo i dettagli sul suo ritiro. In fatti si era pensato a dei problemi fisici. Invece Simone ha preferito uscire allo scoperto, informando sui suoi problemi mentali. Ha parlato di demoni, di mancanza di divertimento. Ha capito che nulla vale più della sua salute e che a un certo punto bisogna fermarsi, perché così non funziona più».

Un'immagine di libertà

Negli scorsi giorni, nelle gare a cui ha preso parte, Simone Biles ha commesso degli errori per lei inusuali. «Se la testa non riesce a dettare il giusto ritmo al corpo, non c'è niente da fare», afferma il nostro interlocutore. «Nello sport d'élite, la freschezza mentale è fondamentale. Quello che chiamiamo istinto, in realtà, non è altro che un movimento automatico generato dalla libertà mentale. Simone Biles ha spiegato proprio questo: negli ultimi anni ha perso fiducia in se stessa e nelle sue capacità. Quando si deve fare un volteggio, un salto carpiato, o qualsiasi gesto tecnico di una certa importanza, ma si ha un minimo dubbio di poter sbagliare, spesso e volentieri questo dubbio si concretizza nell'errore stesso. Non ci sono segreti, lo hanno confermato sia Biles, sia Osaka: quando ci si diverte, si fanno le cose senza pensarci. È tutto automatico, tutto libero. Il margine di errore non esiste, perché nella propria testa si sta già eseguendo quel gesto nel miglior modo possibile. Il corpo deve solo seguire quell'immagine».

La routine si spezza

Da un lato gli allenamenti e le competizioni. Dall'altro tutto ciò che non è strettamente legato allo sport. Gli atleti di successo devono fare i conti con una miriade di impegni, tra sponsor, media e tifosi. «Anche se sei una persona estroversa, predisposta al contatto con la gente, questi obblighi spezzano la tua routine. La vita di un atleta è scandita da ore di allenamento alternate a ore dedicate alla rigenerazione fisica, al recupero. Poi, quando arriva la popolarità, ecco che le ore di riposo vengono a mancare, sostituite da uno shooting fotografico, da uno show televisivo, da un evento di gala, dalle esigenze degli sponsor. Capita che in gara l'atleta non è più totalmente lucido, perché non ha potuto seguire la sua routine di preparazione, distratto da questi impegni. Lo sponsor stesso, però, vuole i risultati: se l'atleta perde visibilità e non finisce più sulle copertine delle riviste, il marchio se ne va, si sgancia. Quindi ti senti costretto a vincere. Quando lo sport diventa un dovere, iniziano i problemi».

Oggi gli atleti hanno una distrazione in più: i social media. «Il grosso problema sono i cosiddetti haters, gli odiatori, i leoni da tastiera che criticano ferocemente e gratuitamente gli sportivi famosi a seconda di come si comportano in campo e fuori. Questi commenti possono destabilizzare l'animo dell'atleta».

Durare nel tempo

L'auspicio di Fausto Donadelli è che l'allarme lanciato da celebrità del calibro di Osaka e Biles - ma i precedenti non mancano - possano insegnare qualcosa ai giovani sportivi e a chi li circonda: «Anche in Ticino, dove i talenti non mancano di certo. Bisogna far capire agli sportivi che non è necessario sacrificarsi e costruire tutta la propria carriera inseguendo un obiettivo specifico, sia esso una gara, una coppa o una medaglia. È più importante aspirare ad una crescita costante della persona e dello sportivo, affinché si possa durare nel tempo. Se una gara non funziona a non è un problema, si va avanti. Se invece si punta su un unico bersaglio e lo si manca, spesso si rischia di andare in crisi. Spero che questo messaggio arrivi soprattutto ai genitori, affinché non inculchino nei loro figli l'ossessione del risultato. Fare sport è un'altra cosa. È divertirsi».

I precedenti

Tante battaglie da Phelps a Cavendish

Campioni in crisi
Le storie di Simone Biles e Naomi Osaka hanno riportato alla luce una delle grandi sfide che le stelle dello sport devono combattere, quella con la pressione, le aspettative, la paura di sbagliare. Vincere a volte è la cosa più difficile da gestire. «Ho attraversato lunghi periodi di depressione dalla vittoria agli US Open del 2018», ha raccontato la tennista giapponese.

La crisi a bordo vasca
È capitato anche a Michael Phelps, leggenda del nuoto, che dopo il trionfi di Londra 2012 rimase chiuso in una stanza cinque giorni e ancora predica l'importanza di non nascondere la propria vulnerabilità. Ian Thorpe finì in ospedale dopo aver annegato i cattivi pensieri nell'alcole anche Ryan Lochte ha avuto problemi simili.

In sella e in campo
Battaglie con la propria mente le ha affrontate anche chi è abituato a solitudine e fatica in sella a una bici, come Mark Cavendish, Marcel Kittel, Tom Dumoulin, ma pure chi ha una squadra alle spalle, come Iniesta o Gascoigne.

Il tragico epilogo
In alcuni casi è tragico l'epilogo, come per Kelly Catlin, tre volte campionessa del mondo nell'inseguimento di ciclismo e argento a Rio, finita dopo due cadute in una spirale che l'ha portata al suicidio, stessa fine del portiere della nazionale tedesca dicalcio Robert Enke, nel 2009.



Elvis Merzlikins e la moglie Aleksandra Maria si godono qualche attimo di relax nel centro di Columbus: la coppia si è sposata durante il lockdown. ©FORMAL ATTIRE DESIGN



Merzlikins ha disputato 35 partite con i Blue Jackets, tra regular season e playoff ©AP/JAY LAPRETE



I tifosi bianconeri sono rimasti nel cuore di Elvis. E viceversa. ©CDT/GABRIELE PUTZU

dava e sapevo che se non avessi effettuato un salto di qualità era già pronto un biglietto di ritorno per Lugano e il campionato svizzero. Il salto di qualità l'ho fatto soprattutto per me. Quando il mio collega finlandese Joonas Korpisalo si è infortunato mi sono detto che per me quella che si stava aprendo era l'ultima possibilità. L'ultimo treno per avere successo in NHL. Ed invece di mettermi addosso ancora più pressione mi sono liberato e ho iniziato a giocare sempre meglio. Quando ho festeggiato il mio primo shutout non mi sono accontentato: non mi bastava, volevo di più ed è arrivato anche il secondo. E così via. Era come una droga, semi è concessa l'espressione. Ho cominciato a sentirmi benissimo, sempre meglio e avevo bisogno di questi successi personali e di squadra».

È stata tutta o quasi una questione mentale, insomma...

«Se non hai una testa più che solida non vai da nessuna parte qui. Se non sei pronto la NHL mentalmente ti trita, velo assicuro. Ed allora posso solo ringraziare il mio preparatore mentale Fausto Donadelli, che con me ha svolto un lavoro davvero eccezionale. Inoltre per sperare di avere successo bisogna arrivare al momento giusto nella NHL. E non sempre questo avviene. Ricordo che avrei avuto la possibilità di sbarcare un paio di anni prima a Columbus, ma il mio agente di allora Hnat Domenichelli e lo stesso Fausto mi consigliarono di accumulare ancora un po' di esperienza a Lugano. Ed è stata una decisione più che saggia: devo insomma molto ad entrambi. Sono arrivato a Columbus a 25 anni dopo aver vissuto momenti molto intensi con la maglia del mio Lugano e questo mi ha aiutato moltissimo».

Come vive appunto un ragazzo di 25 anni l'approccio con il mondo dorato della NHL, fatto di partite negli stadi pieni e di viaggi da una città all'altra del continente nordamericano?

«Si tratta di qualcosa di estremamente interessante. Effettivamente la NHL viaggia in tutti i sensi ad un ritmo indiavolato e all'inizio bisogna un po' farci l'abitudine. Sono rimasto tutta la stagione con la valigia aperta in casa, giuro che non l'ho mai portata in cantina (ride, n.d.r.). Si viaggia in continuazione di città in città, da un albergo all'altro: mi è capitato più volte di sbagliare numero di piano o di camera perché mi sono confuso con la stanza dell'hotel precedente. Dopo una partita in Florida abbiamo avuto una mattinata libera ed eravamo tutti in piscina a prendere il sole: quattro ore più tardi, a Washington, ci siamo trovati nel bel mezzo di una tempesta di neve. Ed allora quando sono a casa cerco soprattutto di rilassarmi con mia moglie – mi sono sposato in pieno lockdown... – e con il nostro cane Koby. Approfitto di questi rari momenti per riposarmi, per alimentarmi bene e per svuotare un po' la testa. Mi moglie ed io non facciamo chissà quale vita mondana a Columbus: preferiamo le passeggiate e un po' di shopping alle uscite serali. Anche per le compagne dei giocatori non è evidente abituarsi alla vita della NHL, insomma».

Intanto i tifosi dei Blue Jackets e della NHL in generale ti hanno già adottato. Apprezzano le tue qualità di portiere e le tue doti da showman...

«Mi ritengo un giocatore fortunato: ho sempre ricevuto tanto sostegno da parte dei tifosi. Quando gioco male sono il primo a rendermene conto e ad essere severo con me stesso: non ho bisogno né di critiche, né di fischi, né di insulti per svegliarmi. Ecco, all'inizio della mia esperienza a Columbus, quando le cose non andavano per il verso giusto, ho ricevuto tanti messaggi e una marea di affetto da parte dei tifosi dei Blue Jackets e di quelli del Lugano. Lo ero diato uno, anche molti supporter dell'Ambri Piotta si sono fatti vivi di cendomi di non mollare. Mi hanno fatto un gran piacere: al di là della grande rivalità in pista con i tifosi biancoblù c'è sempre stato un reciproco rispetto. E il rispetto è fondamentale, nella vita. È incredibile, ma in quei momenti difficili le uniche critiche «cattive» mi sono arrivate dalla Lettonia. Mi hanno fatto male, perché sebbene sia legatissimo alla Svizzera e al Ticino in particolare, la Lettonia rimane il mio Paese. E indosso la maglia della nazionale. È stato uno dei capitoli più brutti di questa bella stagione».

> **In ottobre vorrei** allenarmi con l'HCL, ma non giocherò né per il Lugano né per nessun'altra squadra

> **Tutto viaggia veloce:** si passa in poche ore dal sole della Florida alle tempeste di neve di Washington

> **I miei obiettivi** sono sportivi: del contratto da otto milioni adesso mi importa poco

Qual è il prossimo obiettivo di Elvis?

«Credo proprio che la prossima sarà una stagione pazzesca. Le partite saranno ancora più ravvicinate e tutta la NHL vivrà una nuova esperienza. Per quanto mi riguarda, sento di non avere ancora raggiunto nulla. Ed allora ho voglia di crescere ancora tanto: conosco il valore del denaro, ma oggi come oggi il mio nuovo contratto da otto milioni di dollari non mi interessa più di quel tanto. Nel senso che i miei obiettivi sono sportivi e non finanziari. Desidero con tutte le mie forze diventare un portiere capace di imporsi sul lungo termine nella NHL. Un estremo difensore costante e affidabile come un Carey Price o un Marc-André Fleury. Qui nessuno ti regala nulla e bisogna sempre essere sul pezzo. Ed allora mi reputo fortunato, perché alla prima stagione in NHL sono stato mandato solo due volte in AHL, tornando velocemente nella massima Lega».

Chi vincerà la Coppa Stanley?

«Devo essere sincero: dopo la nostra eliminazione, contanto di mio infortunio, ho staccato un po' la spina e non ho più seguito molto le vicende dei playoff. Comunque dico Tampa Bay Lightning: sì, proprio la franchigia che ha spezzato il nostro sogno».

L'INTERVISTA

ELVIS MERZLIKINS / portiere Columbus Blue Jackets

«Non mi sono mai accontentato Se non hai la testa la NHL ti trita»

Flavio Viglezio

Fernando Lavezzo

È da poco tornato a Lugano dagli Stati Uniti, Elvis Merzlikins. Il portiere dei Columbus Blue Jackets – in questi giorni di quarantena – analizza la sua prima stagione in NHL e intanto già scalpita in vista della prossima. Tra playoff, bolla sanitaria, un mare di aneddoti e una gran voglia di godersi questi ultimi scorci di estate ticinese.

Elvis, iniziamo... dalla fine. Come hai vissuto le ultime settimane oltre oceano?

«Fortunatamente non ho dovuto fare nessuna quarantena in Nordamerica, ma mi è bastata la bolla sanitaria in cui eravamo confinati durante i playoff della NHL. Nel nostro hotel alloggiavano sei squadre e ognuna aveva a disposizione un intero piano dell'albergo. Ogni giocatore ha dovuto trascorrere in camera i primi tre giorni: potevamo uscire dalla stanza solo per andare a mangiare e non ci era consentito trascorrere del tempo tra compagni di squadra, né tantomeno scambiare due chiacchiere con quelli delle altre formazioni. Lo abbiamo potuto fare appunto solo dopo il terzo giorno e a partire dal quinto ci è stato dato il permesso di muoverci all'interno di questa bolla. Il problema è che purtroppo non c'era praticamente nulla da fare. Ad essere sinceri la NHL ci aveva presentato le cose in maniera un po' diversa, ma vabbè, è andata così».

Parlaci un po' di più di questa ormai famosa bolla sanitaria. Come eravate organizzati tra allenamenti e partite?

«È molto semplice: al mattino ci allenavamo e poi il pomeriggio lo trascorrevamo nella camera d'albergo a giocare alla playstation. Davvero, non c'erano molte altre possibilità di trascorrere la giornata. Abbiamo sempre atteso in questo modo il giorno in cui erano in programma le partite. Dopo qualche tempo il nostro hotel ha organizzato una navetta che ogni mezz'ora portava chi lo voleva in un altro albergo con un piscina sul tetto. Un'altra volta, durante un giorno libero, abbiamo avuto a disposizione uno stadio tipo Cornaredo per giocare un po' a calcio o divertirci con il pallone di football americano. Nel complesso la vita nella bolla, durante il periodo dei playoff, è stata piuttosto ripetitiva».

E come ha vissuto, Elvis Merzlikins, questi playoff molto particolari e soprattutto senza pubblico?

«È stata senza dubbio un'esperienza particolare e molto strana. Non è piacevole giocare senza tifosi, anche se durante le partite dei playoff cerchi di evitare anche il benché minimo errore e sei dunque talmente concentrato che nemmeno ti accorgi che la pista è vuota. Lo scorso anno ero andato in Nordamerica per assistere ad alcuni incontri dei playoff e l'atmosfera mi aveva davvero colpito e impressionato. Quando ero nella bolla pensavo che vivere emozioni così forti da protagonista, sul ghiaccio, dovesse essere qualcosa di fantastico. La verità è che i playoff della NHL sono qualcosa di incredibile, un evento difficile da descrivere a parole. Si gioca un altro hockey rispetto a quello già di altissimo livello della regular season. Durante le serie per il titolo l'intensità è pazzesca: ogni singolo giocatore dà il massimo del proprio potenziale e tutti sono pronti a sacrificarsi su ogni disco, anche a scapito della propria incolumità fisica. Ho visto giocatori buttarsi con il viso in avanti per bloccare un tiro. Roba da non credere. E anche gli arbitri lo capiscono e applicano un metro di giudizio più permissivo. Per fischiare una penalità il fallo deve essere davvero molto, molto duro».

Purtroppo i playoff di Merzlikins sono durati poco. Un infortunio ti ha costretto a fermarti dopo una partita e mezza nel turno preliminare con Toronto e in seguito Columbus è stato eliminato da Tampa Bay...

«È proprio per questo che non vedo l'ora che arrivi la prossima stagione. Voglio dare il massimo per aiutare i Blue Jackets a raggiungere ancora una volta i playoff e per vivere poi dei giochi per la Stanley Cup da protagonista. Io sono convinto che Columbus abbia il potenziale per disputare degli ottimi playoff. Lo abbiamo dimostrato contro Tampa Bay, non eravamo lontani dai Lightning. È vero, hanno vinto la serie per 4-1, ma noi non abbiamo assolutamente sfigurato e si sa che ai playoff i piccoli dettagli – ancora di più nella NHL – fanno la differenza. Abbiamo perso le ultime tre partite con una sola rete di scarto e l'ultima si è decisa all'overtime. Mi ripeto sia a livello individuale, sia di squadra, questi playoff mi hanno lasciato un po' di amaro in bocca e il desiderio di viverli in un altro modo è già davvero forte».

Elvis Merzlikins è insomma già proiettato anima e corpo alla prossima stagione...

«In parte sì, anche se voglio approfittare al meglio di questi giorni in Ticino. Appena finisco questa quarantena mi voglio godere un bel piatto di costine con un buon bicchiere di Merlot ticinese. Anzi, per qualche giorno credo che mi dedicherò al giro dei grotti (ride, *n.d.r.*). Nel corso del mese di settembre ricomincerò comunque a prepararmi e almomento l'intenzione è quella di tornare negli Stati Uniti in novembre. Si tratta di un piano di fficazione teorica perché ovviamente ancora non si sa cosa accadrà in Nordamerica a livello di NHL. Per ora nessuno ci ha detto nulla, stiamo aspettando. Ovviamente tutto dipenderà dall'evoluzione della pandemia di coronavirus. Il mio desiderio è quello di potermi allenare con il Lugano e partire da ottobre. Ne stiamo discutendo, mi farebbe piacere tornare sul ghiaccio e svolgere una parte della preparazione in vista della stagione a venire con i miei ex compagni di squadra. Quello che è sicuro è che non giocherò: né per il Lugano né per nessun'altra squadra europea. Ci tengo a dirlo per evitare ogni tipo di speculazione a riguardo».

Elvis Merzlikins, dopo un inizio un po' complicato, si è subito affermato in NHL. Tutti si ricordano quell'incredibile serie di cinque shutout in otto partite tra gennaio e febbraio...

«Devo essere sincero: sapevo di avere il talento e il potenziale per giocare in NHL, ma non mi aspettavo una stagione così positiva a livello individuale. Sapevo anche che dovevo imparare molto e sono consapevole che mi resta ancora tanto da imparare. Dentro e fuori dal ghiaccio. La vita della NHL non ha niente a che vedere con quella del campionato svizzero: bisogna adattarsi a tante cose, assimilare alcune abitudini fondamentali. Un giorno il mio coach John Tortorella – che allena in NHL dalla fine degli anni Ottanta – mi ha detto che per impormi avrei dovuto rispettare la Lega. Si tratta di un concetto molto globale, ma ricco di significati. In Nordamerica l'hockey è più business che divertimento, si va in pista come altri vanno in ufficio, a lavorare. A volte si scherza, certo, ma nemmeno troppo».

Un anno fa di questi tempi Elvis Merzlikins si apprestava a coronare il suo sogno e attraversava l'oceano con una valigia piena di sogni e di speranze. Oltre al talento cosa ti ha permesso di importi così rapidamente nella Lega più prestigiosa del mondo?

«Ho cercato nel più profondo di me stesso le risorse per divenire un giocatore di NHL. Credo di essere una persona realista e sincera: ad inizio stagione non mi sentivo a mio agio, c'era qualcosa che non an-

Il percorso

L'inarrestabile ascesa di un predestinato

L'esordio in bianconero
Sono passati quasi 7 anni dall'esordio di Elvis Merzlikins con la prima squadra del Lugano. È il 28 settembre del 2013 quando l'allora 19.enne, titolare degli juniores élite, viene portato in trasferta a Losanna per rimpiazzare l'influenzato Flückiger. Appena sceso dal bus, Patrick Fischer gli comunica che avrebbe giocato al posto di Manzato. Una notizia tanto inattesa da fargli inghiottire la gomma da masticare. A Malley, il lettone non trema, permettendo al Lugano di imporsi 2-1 ai rigori. Una notte indimenticabile. La prima di tante.



Durante la finale del 2018. ©CDT/ARCHIVIO

Due finali da protagonista
Nella stagione 2013-14, quella del debutto, Elvis disputa 22 partite di regular season e una di playoff con la prima squadra bianconera. Stesse identiche cifre anche l'anno seguente, l'ultimo da co-titolare. Nell'autunno del 2015, Merzlikins diventa il numero uno indiscusso, contribuendo a suon di parate al raggiungimento di due finali, nel 2016 e nel 2018. Al termine di quelle due stagioni esaltanti, il lettone vince il trofeo Jacques Plante come miglior portiere di National League. Archiviato il deludente campionato 2018-19, Elvis parte per tentare fortuna in NHL.

Un inizio complicato
Nel marzo del 2019 Merzlikins firma un contratto «entry level» con i Columbus Blue Jackets, la franchigia che lo aveva scelto al terzo giro del Draft 2014 in 76. posizione. Partito come riserva del finlandese Joonas Korpisalo (i due sono nati a 16 giorni di distanza), l'ex bianconero debutta in NHL il 5 ottobre del 2019 contro i Pittsburgh Penguins, subendo 7 reti e un pesante k.o. Schierato solo saltuariamente, Elvis perde le prime 10 gare giocate coi Blue Jackets (8 da titolare), finendo un paio di volte nel farm team di AHL a Cleveland.

L'occasione della vita
Nonostante le difficoltà iniziali, Merzlikins non si scoraggia e aspetta il suo momento. L'occasione arriva poco dopo Natale, con l'infortunio al ginocchio occorso a Korpisalo. Elvis ottiene l'opportunità della vita e non delude, conquistando la sua prima vittoria il 31 dicembre contro i Florida Panthers. Ad inizio 2020 arrivano altri 5 successi in 7 partite. Tra l'11 gennaio e il 7 febbraio, il lettone diventa il sesto portiere della storia (e il secondo rookie) a contabilizzare 5 shutout in 8 partite di NHL (tutte vinte, con una media di 1 gol subito a incontro e una percentuale di parate del 96,7%). Numeri straordinari, che lo trasformano in un personaggio amato da tifosi, compagni e media.

Brusco stop e rinnovo milionario
Il 12 marzo la regular season di NHL viene interrotta a causa della pandemia. Fino a quel momento, Elvis Merzlikins ha contabilizzato 33 presenze con Columbus (31 da titolare) per un bilancio personale di 13 vittorie e 17 sconfitte (8 delle quali dopo i tempi regolamentari). La sua percentuale di parate si attesta al 92.3%, con una media di 2,35 gol subiti ad incontro. Il 23 aprile 2020, in pieno lockdown, l'ex bianconero firma un rinnovo biennale da 8 milioni di dollari con i Blue Jackets.

Playoff con infortunio
Il 26 maggio la NHL annuncia il piano di ripartenza in tempi di coronavirus: cancellazione delle ultime giornate di regular season e playoff allargati a 24 squadre, da disputare senza pubblico nelle due «bolle» di Toronto ed Edmonton. Nel turno preliminare al meglio delle 5 partite, iniziato il 2 agosto, i Blue Jackets eliminano 3-2 i Toronto Maple Leafs. Elvis Merzlikins gioca gara-3 (vinta 4-3 all'overtime subentrando a Korpisalo) e poi gara-4 (persa 3-4, sempre all'overtime). Il 10 agosto Columbus annuncia – senza fornire dettagli – l'infortunio dell'ex bianconero. Elvis è così costretto a rinunciare alla serie «best of 7» contro i Tampa Bay Lightning, persa 4-1.

All'interno della bolla
sanitaria la vita è stata piuttosto ripetitiva: allenamento, camera d'albergo e partita

Durante i playoff
i giocatori di NHL sono pronti a tutto per avere successo: è un altro hockey

Dopo la quarantena
mi voglio godere un piatto di costine e un bicchiere di buon Merlot



Elvis Merzlikins in azione con la maglia di Columbus: l'ex portiere del Lugano è già un idolo dei tifosi dei Blue Jackets. © AP/JAY LAPRETE



Il tradizionale abbraccio con Nick Foligno dopo ogni vittoria. © AP/ELISE AMENDOLA

«Il cavallo ha iniziato a correre»

MICHAEL LAWRENCE / L'allenatore dei portieri dell'Hockey Club Lugano non è sorpreso dagli exploit dell'ex allievo: «Ma ora gli avversari lo studieranno»

Sono in tanti ad emozionarsi per gli exploit di Merzlikins. Anche Michael Lawrence, allenatore dei portieri del Lugano, con cui Elvis ha lavorato nelle ultime due stagioni. «Ci scriviamo e ci siamo sentiti un paio di volte, per sapere come ci va la vita», dice il tecnico canadese. «Non sono sorpreso di quanto sta facendo a Columbus dopo una fase di adattamento, nella quale aveva avuto meno spazio. Negli ultimi tre anni, tra Lugano e nazionale lettone, Elvis ha giocato più di 70 partite a stagione. Si nutre di questo: gare, competizione. Ama stare in quella porta. È un cavallo. E come ogni cavallo, ha bisogno di correre. Da quando viene schierato regolarmente, ha trovato il suo ritmo. Ora tutti sanno quanto è speciale».

Merzlikins ha saputo cogliere l'attimo a fine dicembre, dopo l'infortunio del collega rivale Joonas Korpisalo: «Quando arrivano le opportunità di una vita, devi essere pronto. Se non lo sei, quel treno non passa più. Elvis è stato bravissimo a mantenere il corpo e la mente nelle condizioni ideali».

Il cavallo è partito, dunque, ma la corsa è appena cominciata: «All'inizio di questa avventura Elvis ha dovuto osservare e capire come vanno le cose in NHL. Oggi sta andando bene e migliorerà ancora. Ma vale pure il contrario: all'inizio la NHL non conosceva Elvis, le sue caratteristiche, i suoi punti forti e deboli. Ma le cose cambieranno. Ora esistono centinaia di video e migliaia di informazioni. Ogni squadra al mondo ha un allenatore dei portieri. In NHL anche più di uno e alcuni sono incaricati di analizzare i portieri avversari. Le informazioni sul suo conto saranno sempre più numerose e dettagliate. Vi garantisco che in tutte le franchigie di NHL sta iniziando a girare un dossier su Merzlikins. È una nuova sfida, ed è bello così: Elvis adora queste cose, vive con l'idea fissa di migliorarsi quotidianamente, confrontandosi con i più forti giocatori al mondo».



Lawrence e Merzlikins alla Cornèr Arena. © TI-PRESS/PABLO GIANINAZZI

> **Ha più fiducia** in se stesso di quanta ne abbia mai avuta in passato. È diventato un uomo. E io sono molto fiero di lui

Presto tornerà Joonas Korpisalo. E con lui anche la concorrenza. «È un bene per Elvis», afferma Lawrence. «Sarà ancora più focalizzato nel mantenere un livello alto. Da quando ha ottenuto la sua prima vittoria dopo tante sconfitte, Elvis si è liberato. Adesso arriva un'altra sfida dagli effetti positivi, una di quelle che fanno crescere gli atleti: potrà dimostrare di essere pronto a condividere la porta con un altro possibile titolare. Elvis è soltanto all'inizio della sua carriera e queste esperienze gli serviranno fino a quando appenderà i pattini al chiodo».

Il lettone si sta facendo notare anche come personaggio, ad esempio con le sue celebrazioni fantasiose. Il pubblico e i media apprezzano. Ma agli allenatori di NHL piacciono questi show? «In Nord America – dice Lawrence – ci sono posti migliori di altri per i portieri con una spiccata personalità. Il suo head coach, John Tortorella, è un tipo molto sicuro di sé e non ha problemi ad accettare uno come Elvis, a patto che sia performante. I media, poi, si lecca no i baffi con personaggi come Merzlikins. Lo sport sta evolvendo anche in questo senso e i tifosi vogliono degli idoli sinceri, che non temono di mostrarsi per quello che sono. Oggi Elvis è ancora più naturale di qualche anno fa. Ha più fiducia in se stesso di quanta ne abbia mai avuta. È diventato un uomo. E io sono molto fiero di lui».

dico che sento la città come se fosse la mia casa, ma mi è già più familiare rispetto alle prime settimane. Ad ogni modo siamo sempre in giro e non passo tanto tempo a casa. Di contatti tra giocatori al di fuori dall'hockey non ce ne sono tanti: più o meno tutti quando hanno un giorno libero cercano di rilassarsi e di riposarsi. E di restare in famiglia. E a me piace passare del tempo con la mia compagna – che si è ormai trasferita negli Stati Uniti – e con il mio cane Koby. È tremendo: ieri si è divorato un paio di miei scarpen uove. Durante i giorni di riposo ci piace andare a passeggiare tutti e tre insieme o a fare un po' di shopping. Per uno sportivo forse è meglio una città come Columbus che per esempio New York, con tutta la sua confusione: è più tranquilla, più a misura d'uomo. Quando ero venuto qui per la prima volta mi ero un po' spaventato: trovavo che non ci fosse davvero niente da fare. Adesso ho iniziato ad apprezzare la calma di Columbus. Epoi qualcosa da fare lo si trova sempre».

Elvis Merzlikins ha tempo di seguire la stagione del «suo» Lugano?

«Sono rimasto in contatto con alcuni miei ex compagni bianconeri: mi capita di sentire Linus Klasen, Julian Walker e Alessio Bertaggia, per esempio. Qualche giorno fa ho parlato con Ale: so che sta giocando bene e che sta facendo un sacco di punti. Mi ha detto che gioca sia in power-play che in box-play e che ha tanto tempo di ghiaccio. Sono davvero felice per lui, se lo merita. Lo seguo su Instagram e vedo che posta spesso fotografie con la faccia da duro: è un buon segno, significa che sta bene (ride, Ndr). La stessa cosa vale per Walker: ha segnato delle reti importanti ultimamente, vero? Epoi lavora sempre come un matto. Onestamente non è facile per me seguire il Lugano: abbiamo tanti impegni e il fuso orario non aiuta. So che i bianconeri hanno attraversato un momento difficile nella prima parte della stagione, ma che ora per fortuna le cose stanno andando decisamente meglio. E spero con tutto il mio cuore che il Lugano possa qualificarsi ai playoff. Contro chi giocano la prossima partita? Ah capita, c'è il derby? Quanti bei ricordi... Ma lo sanno tutti: Lugano e il Lugano sono e saranno sempre nel mio cuore».

I numeri

Quattro shutout in sette partite

Nato nel 1994
Elvis Merzlikins è nato a Riga, in Lettonia, il 13 aprile 1994.

Draftato nel 2014
Draftato da Columbus nel 2014, ha compiuto il salto oltre oceano dopo sei stagioni con la prima squadra del Lugano. Con i bianconeri ha disputato due finali dei playoff.

Già quattro shutout
Fino a ieri (nella notte Columbus ha giocato contro Detroit) era sceso in pista 23 volte in NHL, 21 delle quali da titolare. Già autore di quattro shutout, vantava complessivamente il 92,9% di parate. Ha uno stipendio di 874 125 dollari a stagione (entry level).

L'INTERVISTA

ELVIS MERZLIKINS / portiere dei Columbus Blue Jackets

«Non è facile realizzare appieno tutto quello che sta accadendo»

Flavio Viglezio

Fernando Lavezzo

C'era una volta un ragazzino nato in Lettonia, diventato grande a Lugano giocando a hockey e con un sogno grande così nella valigia: diventare un portiere di NHL. A volte i sogni, grazie al talento e al duro lavoro, diventano realtà. Elvis Merzlikins oggi ha trovato la sua America con i Columbus Blue Jackets.

L'appuntamento telefonico è fissato per le 20.00 ora svizzera, le 14.00 a Columbus, ma il telefono a sorpresa squilla già a metà pomeriggio. Nell'Ohio sono solo le 8.30 di mattina. «Ciao, sono Elvis, ti va se parliamo adesso? Sono arrivato in pista per l'allenamento con un'ora di anticipo, mi sono sbagliato. Abito a cinque minuti, ma non ho voglia di tornare a casa. Oramai aspetterò qui. Che rottura di scatole, avrei potuto dormire un'ora di più». Non cambierà mai, Merzlikins: simpatico, divertente, un po' guascone e con la testa nel suo mondo. È sempre lo stesso, anche ora che la NHL ha scoperto il suo talento e che le luci dei riflettori nordamericani hanno cominciato ad illuminare intensamente la sua carriera. Potrebbe essere l'inizio di un cammino importante, ma è meglio dirlo ancora sottovoce. No, non cambierà mai, Elvis. «Certo, possiamo parlare adesso. Con immenso piacere».

Allora, Elvis, come stai vivendo questo grande momento personale e di squadra?

«Cerco di rimanere il più tranquillo e calmo possibile. È la cosa più sensata da fare. Non posso lasciarmi andare e perdere il mio tempo a festeggiare le vittorie: devo rimanere concentrato, sempre. È quello che sto cercando di fare e devo continuare a lavorare duro ogni giorno. Perché qui nessuno ti regala niente. È solo così potrò ancora crescere. In NHL devi essere perennemente sul pezzo, anche quando hai un giorno libero puoi concederti solo pochissime distrazioni. Non è sempre evidente, è un lavoro mentale da svolgere quotidianamente. Poco tempo fa mi sono concesso qualche giorno di vacanza in Messico con la mia compagna quando il campionato si è fermato per l'All Star Game e lì ho potuto evacuare un po' di pressione. Sì, mi sono lasciato andare mentalmente. Ma riprendere, lo confesso, è stato difficile. Per fortuna che Fausto Donadelli, il mio mental coach, sta svolgendo un ottimo lavoro: mi aiuta soprattutto a tenere i piedi ben piantati per terra».

Ti rendi conto che stai realizzando il tuo sogno, quello di cui parlavi già dai tuoi esordi con il Lugano? Elvis Merzlikins si sta affermando come portiere titolare in NHL.

«Sinceramente non è facile realizzare ciò che mi sta accadendo, tutto qui va a velocità supersonica e si ha poco tempo per pensare. Mi rendo conto dei buoni risultati che stiamo ottenendo, certo, ma di sicuro non è mica tutto merito mio. Tutta la squadra sta facendo tantissimo per aiutarmi e spesso mi salva il... non posso dirlo vero? (ride, Ndr). A volte invece tocca a me fermare i dischi, ma d'altra parte è il mio lavoro. No, non è evidente realizzare quello che mi sta succedendo e allora cerco di estraniarmi il più possibile: non leggo le pagine sportive dei giornali e non guardo la televisione. Per un certo periodo ho anche preferito non parlare con la stampa. Provo semplicemente ad andare avanti per la mia strada: a fine stagione vedremo dove sarò arrivato».

Sei reduce da quattro incredibili «shutout» nelle ultime sette uscite. I tifosi di Columbus stanno ammirando il miglior Elvis di sempre?

«Cè da dire che qui il gioco è davvero diverso rispetto a quello che si pratica in Europa e in Svizzera in particolare. Sinceramente non so se riuscirei ad esprimermi su questi livelli se oggi venissi di colpo catapultato nel campionato elvetico. La velocità è differente, le angolazioni sono diverse: mi sto adattando, ecco, ho dovuto modificare il mio stile. Non so se questo sia il miglior Elvis di sempre, non credo. Commetto ancora degli errori tecnici e in fondo non so quale sia il mio limite. Ciò che conta maggiormente è che oggi mi sento bene, sono tranquillo e questo è fondamentale».

> **Non so se questo** sia il miglior Elvis di sempre. Commetto ancora errori e non conosco i miei limiti

> **Capitan Nick Foligno** non vuole più abbracciarmi: è stufo di ricevere in faccia il mio sudore e altre schifezze

> **Mi sono detto che** dovevo sfruttare la mia occasione altrimenti la mia avventura in NHL sarebbe terminata

Hai trovato una tua precisa dimensione quando sei in fortunato il tuo collega finlandese Joonas Korpisalo. È solo un caso?

«In quei giorni Fausto Donadelli mi ha aiutato parecchio. Io mi sono detto che dovevo essere il mio momento, che dovevo assolutamente sfruttare l'occasione che mi si presentava. Ho pensato: se la colgo va bene, se non ci riesco la mia avventura in NHL è finita qui. Un ragionamento forse un po' estremo, ma io sono fatto così. Mi carico in questo modo. Ho chiesto ai media di lasciarmi tranquillo per un po' per permettermi di prendere l'onda giusta. La squadra aveva iniziato a girare bene e non è mai facile salire al volo su una barca che sta andando a mille. Non volevo sprecare questa chance e grazie al cielo le cose sono andate per il verso giusto. Ma qui non si è mai arrivati, bisogna sempre essere al massimo. Ma questo già lo sapevo».

L'inizio dell'avventura era stato piuttosto difficile: tanta panchina, un esordio da dimenticare e due partite in AHL con i Cleveland Monsters...

«In realtà sono andato piuttosto serenamente in AHL, perché già sapevo che sarei presto tornato a Columbus. I dirigenti della franchigia erano stati molto chiari a proposito. Da un lato questa esperienza mi ha aiutato a crescere, ma dall'altro non volevo comunque accettarla. La prima volta mi sono alzato alle 5 di mattina a Columbus, ho fatto un volo di tre ore per Charlotte e poi 40 minuti di taxi per arrivare alla pista. Ho giocato, ho rifatto la mia borsa e la mattina presto ero di nuovo all'aeroporto. Il mio volo è stato cancellato e sono rimasto sei ore ad attendere quello successivo. La sera ero nuovamente in pista a fare la riserva a Columbus. Queste, per come sono fatto, sono situazioni che mi fanno girare le scatole. Comunque, lo ripeto, andare in AHL è stato utile: mi ha permesso di ritrovare il ritmo visto che in NHL non giocavo. Eh o capito quanto fosse importante per me ritagliarmi uno spazio nella massima Lega. Non volevo rimanere in AHL».

Intanto Elvis è già diventato un beniamino dei tifosi dei Columbus Blue Jackets: c'è una T-shirt in tuo onore, i cartelloni con il tuo nome sono sempre più numerosi e l'abbraccio dopo una vittoria con capitan Nick Foligno scatena l'entusiasmo del pubblico della Nationwide Arena...

«È bello, mi fa molto piacere, non ci guardo troppo a questi aspetti della mia esperienza. Anche se giocare e vincere a Las Vegas, per esempio, è stato parecchio emozionante. Non voglio mettermi addosso un'inutile pressione, devo cercare di stare il più tranquillo possibile. Per quanto riguarda l'abbraccio a Foligno, beh, dopo la mia prima vittoria è una cosa così felice che sono saltato in braccio al nostro capitano. E il gesto si è ripetuto dopo ogni successo. Adesso però Nick è un po' stufo, perché dice che ogni volta gli tocca ricevere in faccia tutto il mio sudore e altre schifezze (ride, Ndr): dobbiamo inventarci qualcosa d'altro, ne stiamo parlando tra di noi».

Come vola vita in America fuori dal ghiaccio?

«Adesso va meglio, mi sto integrando sempre di più. Non

Responsabile di redazione
Flavio Viglezio

E-mail
sport@cdt.ch

Telefono
091 9603131

Alessio Bertaggia

«Appena mi sveglio controllo se ha vinto»

Una bella amicizia
Tra gli ex compagni con i quali Merzlikins è rimasto maggiormente in contatto c'è Alessio Bertaggia: «Quando ci siamo conosciuti io e lui non eravamo particolarmente legati, ma con il tempo il nostro rapporto è cresciuto molto», spiega l'attaccante bianconero. «Ci sentiamo spesso, anche una volta alla settimana. Lui è il tipo di persona al quale potrei confidare tutto. Vedere un amico avere successo in mezzo ai migliori del mondo, mi fa enormemente piacere. Prima la NHL la seguivo in modo generico. Ora la prima cosa che faccio al mattino è controllare se Elvis ha giocato e se Columbus ha vinto».

Cavalcare l'onda
«Sapevo che Elvis aveva tutte le carte in regola per farsi valere anche in NHL», prosegue Bertaggia. «Ovviamente ci sono sempre delle incognite, perché la realtà nordamericana è molto diversa da quella svizzera. Ad inizio stagione ha dovuto pazientare, adattarsi al nuovo contesto. La iella di Korpisalo, infortunatosi, è diventata la sua fortuna. Nessuno augurerebbe a un compagno di farsi male, ma è importante farsi trovare pronti ed Elvis ci è riuscito. Forse l'idea di poter disputare diverse partite di fila senza sentire sul collo il fiato del collega lo ha liberato. Adesso deve continuare a cavalcare l'onda. Lui è il primo a sapere di non potersi adagiare sugli allori».



Merzlikins e Bertaggia nel 2015. ©CDT/ARCHIVIO

Julian Walker

«Ci parlava sempre del suo grande sogno»

L'orgoglio di chi lo ha visto crescere
Anche Julian Walker è rimasto legato a Merzlikins: «Vederlo giocare in NHL è bellissimo, ma anche un po' strano. Fino a dieci mesi fa era qui con noi, mentre adesso è il portiere dei Blue Jackets. Ad essere sincero, sono anche un po' fiero. Elvis, in fondo, l'ho visto crescere. All'inizio, quando è arrivato in prima squadra, aveva ancora dei comportamenti da ragazzino e ogni tanto bisognava colpirlo in testa con il disco per riportarlo sul nostro pianeta. Ma è sempre stato una brava persona. Quando lo sento al telefono, riconosco lo stesso Elvis di prima. Lo stesso matto. Anche in NHL sta facendo lo showman, celebrando le vittorie a modo suo. Non è ancora arrivato a proporre il volo di Superman, ma forse è solo questione di tempo. Può permettersi questi gesti, a condizione di continuare a impegnarsi e a parare bene».

A letto con il tablet per tifare Columbus
Julian è diventato un grande tifoso di Elvis: «L'altra sera sono andato a letto con il tablet per poterlo guardare. Mi ricordo di quando ci parlava del suo sogno di giocare in NHL. Ed ora eccolo lì, a sfidare i più forti. Nello spogliatoio del Lugano nessuno ha mai dubitato che ce l'avrebbe fatta. Non solo per quello che riusciva a fare con noi, ma anche per le sue prestazioni ai Mondiali con la Lettonia. Già li aveva dimostrato il suo talento, il suo carattere e la sua forza mentale».



Julian Walker, 33 anni. ©CDT/CHIARA ZOCCHETTI



LA SUA SCHEDA

GLI INIZI
Elvis Merzlikins è nato a Riga, in Lettonia, il 13 aprile 1994. È alto 191 cm per un peso forma di 87 chili. Dopo un primo approccio con l'ugino da bambino, Elvis viene richiamato dal club bianconero nella stagione 2009-2010: inizia a giocare con i Novizi Elite, prima di passare alla categoria Juniori. Di lui si occupa anche la nazionale lettone e Merzlikins veste la maglia del suo Paese delle varie categorie giovanili, partecipando anche a vari Mondiali.

L'ESORDIO IN NL
L'estremo difensore fa il suo esordio in NLA con la maglia bianconero nel corso della stagione 2013-2014: l'allenatore del Lugano che lo lancia nella mischia è Patrick Fischer. Gioca 22 partite di regular season (92.4% di tiri parati) e 1 di playoff (97.6%). L'anno dopo disputa ancora 22 incontri nella stagione regolare (91.3%) e 1 nei playoff (84.6%). Fa pure il suo esordio con la maglia della nazionale maggiore della Lettonia.

LA CRESCITA
Merzlikins diventa l'indiscutibile titolare del Lugano a partire dal campionato 2015-2016: con lui i bianconeri raggiungono due finali e una semifinale dei playoff. Il suo sviluppo è impressionante e al termine della passata stagione riceve il premio quale miglior estremo difensore del campionato. In totale disputa 266 partite con il Lugano e nel frattempo gioca anche tre campionati del mondo e un'Olimpiade con la Lettonia.

LA NHL
Il primo contatto concreto con la NHL avviene nel 2014, quando Merzlikins viene draftato al terzo turno (76. assoluto) dai Columbus Blue Jackets. Partecipa anche in un paio di occasioni al «camp» di sviluppo della franchigia dell'Ohio. Ire anni fa Elvis annuncia: «Farò il grande salto al termine della stagione 2018-2019». Lo scorso 20 marzo firma il suo primo contratto «entry level» con Columbus, che raggiungerà nei prossimi giorni.

Corriere del Ticino
GIOVEDÌ 28 MARZO 2019

L'addio di Elvis

«Quante ne ho fatte in quei corridoi»

Sta per iniziare l'avventura di Merzlikins con Columbus «Era il mio sogno, ma Lugano mi ha accolto come un figlio»

La difficile stagione con il Lugano, una serie di playoff durata troppo poco. Elvis Merzlikins ha già voltato pagina. Non per menefreghismo: deve voltare pagina. A giorni, o forse a ore, il portiere lettone inizierà una nuova vita. Dalla Cornèr Arena a Columbus, dalla NL svizzera ai lustri e palleggi della NHL. Se ne va con la sicurezza di sempre, l'estremo difensore: quella che per molti è arroganza, in realtà è l'autostima necessaria per riuscire ad imporsi a certi livelli. Inizierà a respirare l'aria della Lega più importante del mondo, con la speranza che dal prossimo anno diventi il suo pane quotidiano. Ma non scorderà mai Lugano, quel ragazzino che arrivò in Ticino con una valigia piena di sogni. A volte i sogni diventano realtà, ma come ama dire lui stesso «Questa è la mia casa, non dimenticherò mai il club che mi ha accolto come un figlio, mi ha fatto crescere e mi ha pure dato da mangiare. Quante ne ho combinate nei corridoi di quella che era ancora la Resega».

PAGINA A CURA DI
FLAVIO VIGLEZIO



(Foto Maffi)

Lavorerai ancora con Fausto Donadelli, il tuo preparatore mentale?
«Penso proprio di sì, anche se a causa della distanza non sarà più così facile. Ricordo il primo giorno in cui lo incontrai: di base io non mi fido molto delle persone e pensavo che Fausto fosse principalmente uno psicologo. Sinceramente volevo mandarlo a quel paese: "Che me ne faccio di uno psicologo?", pensai. Ed invece in questi sette anni di collaborazione Fausto mi ha aiutato molto, soprattutto nel controllo delle mie emozioni. Oggi, anche grazie a lui, mi sento un professionista a tutti gli effetti. Troveremo un modo per proseguire la nostra collaborazione».

Ma come faranno senza Elvis i tuoi grandi amici Elia Mazzolini e Sacha Tosques?
«Beh, loro sono miei fratelli. Tosques è molto fiero di ciò che mi sta accadendo: con lui ho praticamente trascorso tutta la mia infanzia qui in Svizzera. Come ho avuto di dire di solito non sono uno che dà fiducia rapidamente alle persone: di Sacha invece mi fido ad occhi chiusi. Mazzolini ha un carattere un po' diverso, è un po' più sentimentale (ride di gusto, Ndr). È felice per me, mi sostiene e desidera che io abbia successo in NHL, ma al tempo stesso è triste che io lasci il Ticino. È impossibile dimenticare dei fratelli: ci vedremo di meno, questo è sicuro, ma resteremo in contatto e sono sicuro che verranno entrambi a trovarmi in Nordamerica».

In questi giorni sui social network circola una fotografia di Elvis Merzlikins poco più che bambino: il sorriso da furbetto, guantone, bastone e maglia dell'HC Lugano. Cosa lasci in Ticino?
«Ci lasci il cuore. L'ho detto mille volte: questa è casa mia. Ho rivisto pure io quella foto e non mi sembra vero che sia già passato così tanto tempo. Non smetterò mai di ringraziare abbastanza l'HC Lugano: è il club che mi ha accolto come un figlio, mi ha fatto crescere e mi ha pure dato da mangiare. In queste ore più che alla prima squadra ripenso a quando ero ragazzino e facevo diventare matti tutti. A cominciare dagli inservienti della Resega: era proibito giocare nei corridoi, ma io me ne fregavo e mi divertivo come un matto. Quante sgridate! Ecco, tutte le persone che ho avuto la fortuna di conoscere e frequentare a Lugano hanno contribuito al mio sviluppo, alla mia crescita. E oggi vedo questa stessa gente felice per me anche se me ne vado da Lugano. Queste sono belle storie di vita. E poi, senza fare promesse, chissà: magari un giorno tornerò a giocare proprio qui. Spero non troppo presto però, eh (altra risata, Ndr)». Il solito Elvis, insomma.

Quando partì per il Nordamerica, Elvis?
«Ancora esattamente non lo so, ma si tratta di una questione di giorni. Spero ancora questa settimana. Martedì sono stato a Berna, all'ambasciata americana, per il visto di entrata negli Stati Uniti e per mettere a posto tutte le questioni amministrative legate al mio trasferimento. Da parte sua anche la franchigia dell'Ohio sta lavorando tramite i suoi legali affinché tutto possa essere sistemato nel più breve tempo possibile».

Come ti senti a livello emozionale: teso, nervoso, felice, emozionato?
«Non nego che nelle scorse settimane ero piuttosto nervoso, anche perché ancora non sapevo se e quando avrei firmato il contratto con Columbus. Adesso sono estremamente tranquillo e non vedo l'ora di cominciare questa nuova avventura. L'ho attesa per tanto tempo ed ora la vivrò in prima persona: sono felice e motivato. Inoltre non sbarco in Nordamerica totalmente allo sbaraglio: sono spesso stato in contatto con i dirigenti dei Blue Jackets, i quali non di rado sono venuti a trovarmi in Ticino. Inoltre ho già avuto modo di conoscere uno dei portieri di Columbus, il finlandese Joonas Korpisalo. Gli altri compagni immagino parerò a conoscerli durante la mia permanenza negli USA».

Cosa hai pensato nel momento in cui hai apposto la firma sul contratto che ti lega ai Blue Jackets?
«È stato sicuramente un bel momento, anche se non ho realizzato subito cosa stava a significare. Qualche minuto dopo mi sono messo a ridere da solo, perché mi sono ricordato di un episodio. Esattamente cinque anni fa mio fratello mi chiese dove mi vedevo a fine 2019. Io gli risposi che sarebbe stato il giorno in cui avrei firmato il mio primo contratto di NHL: le cose sono andate proprio in questo modo e l'aneddoto mi ha divertito».

Merzlikins varca l'oceano con la sicurezza nei propri mezzi che lo ha sempre contraddistinto o c'è qualche timore in più?
«Credo che per uno sportivo professionista sia fondamentale avere delle certezze e credere fermamente nelle proprie qualità. Dicendo "vorrei" invece di "voglio" già fai un passo indietro. Bisogna essere convinti di poter realizzare i propri sogni e di raggiungere i propri obiettivi. In seguito bisogna essere in grado di stringere i denti e di saper rialzare nei momenti più complicati. Ma la fiducia nei propri mezzi aiuta anche in questi frangenti. A Lugano sotto questo punto di vista sono cresciuto molto, stagione dopo stagione. Solo quella appena terminata, purtroppo, non è andata come avrei voluto».

Cosa ti attendi da questo primo assaggio di NHL?
«Prima di tutto mi auguro che duri il più a lungo possibile: questo dipende da Columbus. Poi non so esattamente cosa accadrà. Non è vero che io non voglia giocare in AHL. Credo però che Columbus preferisca che io respiri l'aria della NHL allenandomi con i Blue Jacets. In questo modo il processo di integrazione sarà più rapido, nel senso che in settembre già saprò cosa attendermi».

Ma ci sarà tempo e spazio anche per la nazionale lettone o la fatica potrebbe influenzare le tue scelte?
«Mano, quale fatica? Sono fermo da una settimana e già mi annoio. Mi sento disoccupato: se gli impegni con Columbus lo permetteranno non dirò mai di no alla maglia della Lettonia».

La firma



È stato un momento molto emozionante, in seguito mi sono messo a ridere da solo

La fiducia



Per uno sportivo è fondamentale avere delle certezze e credere nelle proprie qualità

Gli amici



Sono cresciuto con Tosques: è felice per me. Mazzolini è un po' più triste



TALENTO Stefano Guidotti, classe 1999, figura per la prima volta nella selezione di Mauro Lustrinelli. *(Foto Reguzzi)*

Il personaggio **Stefano Guidotti e quella chiamata ai genitori**

Il mediano del Chiasso è stato selezionato dalla Svizzera U21

GIONA CARCANO

Stefano Guidotti sta respirando l'aria del calcio che conta. Alloggiato al Radisson Blu di Lucerna (il suo compagno di camera è il portiere Philipp Köhn), il ticinese si appresta a entrare nel giro. Quale? Beh, quello della Svizzera U21. L'anticamera, si spera, di qualcosa di più grande ancora. Ci sarà tempo e modo per arrivarci, a quel qualcosa in più. Chissà. Intanto, è giusto godersi ogni momento. La selezione di Mauro Lustrinelli si sta preparando a Kriens per due amichevoli di prestigio. La prima questa sera contro i pari età della Croazia (19.00), la seconda lunedì contro l'Italia. «Sono felice, sì» dice Stefano Guitotti, una delle colonne del Chiasso da dove è giunto - in prestito - da Lugano. «Riuscire a far parte di questa nazionale era uno dei miei obiettivi. A livello personale si tratta di uno scalino importante». E anche grazie al Chiasso e ai tanti minuti a disposizione ogni fine settimana in Challenge League se Guidotti può dirsi «arrivato». «Con i rossoblù godo di tanto campo, è vero» prosegue il mediano. «Quando Mauro Lustrinelli mi ha chiamato per dirmi che sarei stato fra i selezionati, comunque, non me l'aspettavo. In quel momento ero concentratissimo sulla stagione al RivaIV, sulla salvezza da ottenere il più presto possibile. Dunque, alla Svizzera U21, non ci pensavo. Eppure la chiamata è arrivata lo stesso. Mi hanno seguito e notato, un bellissimo attestato di stima nei miei confronti».

A Lucerna, Guidotti ha trovato un gruppo in gran parte rivoluzionato rispetto al passato. Ma essendo alla sua prima convocazione, il centrocampista non ci ha badato più di tanto. «In questi giorni ho potuto conoscere il gruppo» le sue parole. «Alcuni ragazzi li avevo già frequentati nelle varie nazionali giovanili, altri invece non li avevo mai visti. Nello spogliatoi o si parlano tante lingue, dall'amaho l'italiano e il francese mentre il tedesco lo capisco, lo sto imparando. In generale sono stato accolto molto bene ma adesso tocca a me». Tradotto, bisogna conquistarsi un posto in squadra. «All'inizio non è stato facilissimo» racconta Stefano con un sorriso. «Il punto è che devi logicamente rimettertiin gioco, perché sei l'ultimo arrivato. Dunque anche durante gli allenamenti devi cercare di distinguerti, non puoi permetterti distrazioni. Ecco, c'è forse più emozione durante le sedute rispetto all'avoro di tutti i giorni con Andrea Manzo. Io sono un tipo che non si tira mai indietro, che dà sempre il cento percento. Ma è logico avvertire sensazioni diverse alla prima convocazione. L'importante è tradurre questa tensione in energia positiva».

Emozioni, sensazioni, novità. «Quando ho saputo della chiamata, ho subito telefonato ai miei genitori» ricorda Stefano Guidotti. «Ho voluto renderli partecipi della notizia perché loro hanno fatto molti sacrifici per me, fin da quando ero bambino». Purtroppo, il ticinese è arrivato in nazionale con un piccolo problema a una caviglia. «In questi giorni non ho potuto allenarmi assieme al gruppo, probabilmente dovrò saltare la partita di questa sera contro la Croazia» dice. «Poco male, significa che farò di tutto per giocare quella di lunedì contro l'Italia. Sono arrivato fino all'U21, adesso voglio cercare di rimanerci il più a lungo possibile».

DA SAPERE

DUE MATCH AMICHEVOLI
La Svizzera U21 di Mauro Lustrinelli si è ritrovata a inizio settimana a Lucerna per preparare due amichevoli da giocare a Kriens. La prima questa sera (19.00) contro la Croazia, la seconda lunedì contro l'Italia.

NIENTE EURO IN ITALIA
La Svizzera U21 a suo tempo ha fallito la qualificazione agli Europei 2019 che si disputeranno in estate in Italia e a San Marino. Ecco perché Lustrinelli ha deciso di rivoluzionare il gruppo, inserendo moltissime novità. Per i giovani rossocrociati la campagna di qualificazione ai prossimi Europei comincerà il prossimo autunno. Oltre a Guidotti, il ct ticinese ha convocato altri volti nuovi (appartenenti alla generazione 1998-1999) come Jérémy Guillemenot (San Gallo), Bastien Toma (Sion), Kevin Rüegg (Zurigo), Eray Cömert (Basilea) e Ruben Vargas (Lucerna).

UN LUNGO DESERTO
La Svizzera U21 cerca una svolta. Dalla finale degli Europei 2011 in Danimarca (sconfitta per 2-0 dalla Spagna, in campo i vari Xhaka, Sommer, Mehmedi e Shaqiri) gli elvetici non sono più riusciti a qualificarsi per una fase finale di un torneo.

CURLING

Cantonali FCT: ventidue squadre a Wetzikon

Domani mattina inizia l'undicesima edizione dei Campionati ticinesi che vedrà in lizza la cifra record di 22 squadre. Per il terzo anno consecutivo i campionati cantonali della Federazione Curling Ticino (FCT) vengono disputati in un palazzetto adibito esclusivamente alla pratica del curling. Quest'anno, grazie ai buoni rapporti intrattenuti da alcuni membri del CC Ronco s/Ascona, la scelta è caduta sul centro di Wetzikon, alla periferia di Zurigo: sei piste adiacenti accoglieranno gli oltre ottanta atleti iscritti alla competizione, in rappresentanza di tutti i club ticinesi (Ascona, Chiasso, Lugano, Ronco s/Ascona e Faido) facenti parte della FCT. Tra le squadre più accreditate per la vittoria finale vi sono il team Apéro del CC Chiasso (detentore del trofeo e vincitore delle ultime due edizioni) e il team Fiore del CC Ascona, già vittorioso al recente «Torneo Camelie» disputato alla Siberia. Presenti anche numerosi team del CC Ronco s/Ascona, tra i quali spicca la compagine capitanata da Daniel Streiff, oro ai Europei del 1986. A lottare per il trofeo vi saranno anche i club di Lugano (con ben sette squadre) e di Faido, che per la prima volta porta due formazioni al torneo cantonale.

ATLETICA

UBS Kids Cup con dodici team ticinesi

Alla finale nazionale della UBS Kids Cup Team, in programma domenica alla Wankdorfhalle di Berna, saranno al via i 144 migliori team della Svizzera in lotta per una vittoria in una delle 12 categorie. I vincitori potranno poi scendere in pista al Letzigrund durante l'anteprima del Weltklasse di Zurigo nella prossima estate. Le 21 eliminatorie locali e le 6 finali regionali disputatesi nella stagione invernale hanno dunque assegnato i posti sulla linea di partenza della Wankdorfhalle. Nella prima finale regionale disputata in Ticino 12 squadre rossoblù hanno guadagnato il loro biglietto per la capitale. Sette le società al via: SAM Massagno, con tre squadre; due team per AS Monteceneri, Comunità Atletica 3 Valli e SFG Sementina; al via anche USA Ascona, SAL Lugano e SAB Bellinzona. Il Weltklasse di Zurigo e Swiss Athletics organizzano l'ottava edizione della UBS Kids Cup Team. Dal 2012 il Ticino ha già festeggiato otto vittorie, di cui un indimenticabile poker nel 2016 a Dombidier, dove tra i vincitori c'erano anche Tessa Tedeschi e Christian Reboldi. Entrambi questi atleti figurano attualmente nei quadri nazionali giovanili. Per ulteriori informazioni: www.ubs-kidscup.ch.

Tennis «**Ora la prendo con filosofia**»

Federer è pronto per Miami, dimenticata la sconfitta a Indian Wells

MIAMI La sconfitta nella finale a Indian Wells contro l'austriaco Dominic Thiem è stata digerita. Nessun dramma. Solo un po' di amarezza per non essere riuscito a firmare il suo torneo numero 101 dopo la grande festa per il centesimo titolo conquistato a Dubai. «In passato avrei avuto più difficoltà a smaltire la delusione. Avrei riflettuto a lungo sugli errori, sulle mancanze e su quello che di fatto non è funzionato come avrei voluto. Adesso è diverso. Prendo le sconfitte con più filosofia e le accetto per quello che sono. Sono contento per come sto giocando e mi rallegro di poter affrontare un altro Masters 1000 in questa tournée americana». Roger, insomma, è carico. Il morale è alto e, in cuor suo, sa di avere tutte le possibilità di andare lontano anche a Miami. In Florida inizierà domani contro il qualificato macedone Radu Albot (ATP 46), vittorioso in febbraio a Delray Beach, che ha superato l'australiano Matthew Ebden (ATP 50) 6-0 3-2 w.o..

La prudenza, al debutto in un torneo importante, è d'obbligo anche per il grande Federer. Il basilese, oltretutto, ricorda bene cosa capitò un anno fa a Miami: si arrese in entrata all'australiano Thanasi Kokkinakis dopo una finale persa a Indian Wells. Al difficile match iniziale potrebbe presentarsene un secondo tutt'altro che scontato nei sedicesimi contro Stan Wawrinka, già superato con un certo agio un paio di settimane fa in California. «Non mi piace mai l'idea di dover affrontare Stan, ma ci troviamo nella stessa parte del tabellone e il destino non si può cambiare. Comunque, dovrò affrontare una seconda volta in un lasso di tempo così breve non è certo l'ideale», afferma il campione dei 20 titoli del Grande Slam.

Quanto a Wawrinka, che pure è esentato dal primo turno, dovrà innanzitutto vedersela con il vincitore del match tra il francese Pierre-Hughes Herbert (ATP 49) e il serbo Filip Krajinovic (103. ATP).

Se il derby elvetico dovesse aver luogo, sarebbe con tutta probabilità proposto sul centrale dello stadio dei Miami Dolphins, infrastruttura che ospita per la prima volta questo Masters 1000. Gli organizzatori hanno deciso di lasciare la classica sede di Key Biscayne per trasferirsi dove gioca la franchigia di NFL nel nord della città e dove il campo principale può accogliere 14.000 spettatori. «Lasciando Key Biscayne è stata fatta una scelta importante, ma anche dolorosa. Era una sede storica. Lì si è giocato per 32 anni, per molto tempo alla meglio dei 5 set. Ho dei bei ricordi». A incominciare dalle vittorie conquistate nel 2005, 2006 e 2017, senza dimenticare il titolo conquistato nel 1998 all'Orange Bowl, quando Roger diventò il n. 1 tra gli juniores.

«Nel nostro sport è in corso un'evoluzione. E già ci sono state delle piccole rivoluzioni per renderlo ancora più interessante. Io sono sempre aperto alle novità», ha commentato il basilese.



NUOVA AVVENTURA Il torneo è ospitato per la prima volta nello stadio dei Miami Dolphins (NFL). Roger saluta il presidente Ross. *(Foto Keystone)*

HOCKEY NHL

Sorridono solo due svizzeri

Timo Meier (foto) e Jonas Siegenthaler sono gli unici due svizzeri ad aver festeggiato l'altra notte in NHL. I San Jose Sharks di Timo, ancora a secco a livello di gol, hanno battuto 7-2 Edmonton. Washington per contro ha sconfitto 5-3 Philadelphia. *(Foto Keystone)*



BASKET NBA

Lesione minore per Sefolosha

Infortunato stagli schio crurali sabato a Detroit, Thabo Sefolosha (a destra) dovrà osservare uno stop di una settimana. Gli esami cui si è sottoposto l'elvetico degli Utah Jazz hanno infatti rivelato una lesione minore. Presto potrà dunque tornare a giocare. *(Foto Keystone)*



L'INTERVISTA

FAUSTO DONADELLI

«Dentro la testa di Lugano e Ambrì Piotta»

Le situazioni di HCL e HCAP viste da un «mental coach»

È difficile immaginare stati d'animo più diversi da quelli che stanno vivendo Lugano e Ambrì Piotta. Senso di smarrimento e nervi tesi da una parte, fiducia inscalfibile dall'altra. Dopo la sconfitta di martedì a Zurigo, Alessandro Chiesa e Greg Ireland hanno usato parole durissime. «Forse non tutti remano nella stessa direzione», ha detto il capitano. «Qualcuno sta mancando di rispetto al club», ha aggiunto il coach. In Leventina, invece, si vola sulle ali dell'entusiasmo, ma si predica prudenza. Di tutto questo parliamo con Fausto Donadelli, «mental coach» già al servizio dell'HCL (ai tempi di Patrick Fischer) e che ben conosce anche Luca Cereda e la realtà biancoblù.

FERNANDO LAVEZZO

Signor Donadelli, cos'è la fiducia nel contesto di uno sport di squadra?

«Significa credere fortemente nei propri mezzi, ma anche nell'ambiente in cui si opera. C'è quindi la fiducia del singolo in se stesso, unita a quella nei confronti del gruppo. Un giocatore deve sapere che in un suo momento di debolezza o di difficoltà, potrà contare sul sostegno di un compagno. Ogni membro di una squadra è parte di un meccanismo: se uno degli elementi ha perso totalmente fiducia, qualcun altro deve sopperire».

Quanto è forte la correlazione tra i risultati e la fiducia?

«La fiducia dovrebbe partire dal singolo, indipendentemente dal risultato di una partita. Una vittoria aumenta la dose di fiducia, è logico. Ma se a livello motivazionale ci si basa solo sul risultato, questa fiducia viene minata ad ogni sconfitta. E non va bene. Anche all'interno di un gruppo, ognuno dovrebbe avere degli obiettivi di performance personali. Significa fare determinate cose nel migliore dei modi e rendere secondo le aspettative, indipendentemente dal fatto che la squadra vinca o perda».

Entriamo nel vivo del discorso: oggi il Lugano appare sfiduciato. Venticinque teste diverse reagiscono con la stessa fragilità ad ogni difficoltà. Perché?

«È un problema che i bianconeri si trascinano da inizio stagione. Non hanno mai avuto costanza di risultati. In casa sono quasi sempre riusciti ad ottenere un risultato positivo, mentre in trasferta vale l'esatto contrario. Questo fa sì che in squadra venga a mancare la necessaria coesione. A mio parere il Lugano ha perso la fiducia perché in questo momento, dentro lo spogliatoio, ci sono troppo poche personalità in grado di ribaltare la situazione. Sento solo delle mosche bianche, delle piccole voci. Gli sfoghi di Chiesa e Ireland a Zurigo, davanti ai giornalisti, non mi tranquillizzano. Personalmente avrei preferito un silenzio stampa, la mente non era abbastanza lucida per poter parlare. Una volta che si fanno queste uscite in pubblico, senza fare nomi e cognomi, diventa tutto più difficile. Non è un terreno fertile per seminare qualcosa».

Ireland ha anche detto «basta scuse».

«Purtroppo spesso quando allenatori e giocatori dicono di non voler cercare scuse, in realtà fanno un elenco di tutti i possibili alibi».

In passato Greg Ireland ha sempre difeso il suo gruppo, ma ora ha cambiato strategia comunicativa. Perché?

«Non posso parlare per lui, ma mi baso sulla mia esperienza. Quando cambiano gli atteggiamenti e l'emotività prende il sopravvento sulla razionalità, quando un coach inizia a puntare il dito, vuol dire che c'è instabilità. Forse c'è una frattura nello spogliatoio. Forse Ireland si è reso conto di non essere più ascoltato al 100% dal gruppo. Forse non ha più la certezza di poter comunicare al meglio quello che vorrebbe. Personalmente non ho visto in lui la paura di essere esonerato. Mi è sembrato sincero quando ha detto di averlo messo in conto sin dall'inizio».

Come è possibile che da gara-7 della finale ad oggi sia cambiato tutto? Coesione, forza mentale e cuore erano stati ingredienti fondamentali in aprile...

«È una storia che si ripete. A Lugano, dopo l'esonero di Fischer, arrivò Shedden. Ci fu una forte scossa e in quel momento si è ebbe l'abilità di gestire al meglio buona parte dell'organico, tanto da giocare una finale della Spengler e una per il titolo. Dopo l'esonero di Shedden arrivò Ireland. Stessa identica cosa: forte scossa, attitudine positiva, una semifinale, poi una finale. Sul corto termine si sono create delle dinamiche vincenti. Le grandi prestazioni di Elvis e di alcuni giocatori hanno fatto crescere tutto il gruppo. Al termine della stagione si è forse pensato – sbagliando – che tutto sarebbe andato avanti così in automatico. Proprio quando le cose vanno bene, bisognerebbe invece sfruttare l'occasione per sperimentare delle soluzioni alternative. Forse oggi si insiste su un sistema che non produce più risultati. E come soluzione si tende a mischiare continuamente le linee, dando l'impressione di scarsa identità tecnico-tattica. È un circolo vizioso: forse qualcuno inizia a pensare che anche quest'anno non sarà quello buono. Poi potremmo anche parlare di contratti: ad oggi sono tutti firmati o quasi. E qui torna in ballo la motivazione».

Ma questo vale anche per Zugo e Berna, due esempi d'alta classifica...

«È vero, ma stiamo parlando di situazioni completamente diverse, proprio perché a Lugano viene forse a mancare la certezza di poter puntare al titolo».

Hofmann ha firmato a Zugo, ma è quasi sempre il migliore in pista...

«Lui è un professionista assoluto. Vuole dimostrare a se stesso di poter fare la differenza ogni sera e anche far vedere ai tifosi di non essere un traditore. È una persona di valore, darà tutto fino alla fine, proprio come Merzlikins».

Prima parlava di scosse: a questo punto l'esonero di Ireland sarebbe l'unica soluzione per invertire la rotta?

«Mi verrebbe da dire di sì, ma non so se ne varrebbe la pena ragionando a lungo termine. Mi spiego: si sono già fatti degli acquisti, dei rinnovi. Se si cambiasse allenatore un'altra volta, quello nuovo si troverà la squadra già composta. Magari costruita in linea con le scelte di Ireland. Vedo diverse incongruenze».

Lei crede nel momentum, nell'episodio che ti può cambiare una stagione?

«Dopo la sconfitta di Zurigo, Lapierre è stato l'unico a parlare in modo motivazionale, dicendo che basterebbe un click per ripartire. È vero, sulla carta il Lugano ha ancora una squadra in grado di giocarsi i playoff e di dare fastidio a chiunque nei giochi per il titolo. Ma quel click tarda ad arrivare. All'Hallenstadion sono partiti bene, andando sul 2-0, poi è tornata a galla la loro fragilità».

Spostiamoci in Leventina, dove si vola sulle ali dell'entusiasmo.

«Luca Cereda, che conosco dai tempi del Biasca, pone sempre l'accento sulla coesione del gruppo prima che sui risultati. Da un punto di vista motivazionale, vedo una differenza tra bianconeri e biancoblù. La maggior parte dei giocatori che oggi militano nel Lugano si sente arrivata, almeno a livello individuale. Per questi giocatori Lugano è la piazza ideale, sono appagati, stanno bene dove sono. Ci saranno sempre motivazioni di squadra, come quella di vincere un titolo, ma forse non c'è più l'ambizione personale di fare un passo in avanti. Ciò che spingeva i giovani a andare ad Ambrì è diverso. Lì vedono l'occasione di giocare in National League e di farsi notare, pur sapendo di militare in una squadra che non darà loro la possibilità di vincere il titolo. Scelgono l'Ambrì perché hanno la convinzione di poter solo migliorare. La Valascia è tornata ad essere un trampolino di lancio».

Luca Cereda veste spesso i panni del pompiere, spegnendo facili entusiasmi. L'eccesso di fiducia è pericoloso?

«Eccome. Quando le cose iniziano ad andare bene, soprattutto per una squadra dalla quale nessuno si aspetta grandi risultati, è fondamentale restare umili e non perdere di vista il lavoro che ti ha portato fin lì. Quando dai per scontata una vittoria, il più delle volte perdi. Rischi di non metterci più l'attitudine e l'impegno necessari. Oggi è difficilissimo per tutti affrontare i leventinesi alla Valascia. Di fronte non hai soltanto venti giocatori consapevoli che, come gruppo, possono giocarsela contro qualsiasi avversario, ma anche un pubblico caldissimo. Ecco: Cereda fa un grande lavoro perché sa abbassare questi toni. È il primo a ricordare che tutto può cambiare da un momento all'altro».

Il coach biancoblù insiste spesso su concetti che potrebbero risultare ripetitivi, addirittura noiosi. Funzionerebbe anche con una squadra più esperta?

«Confrontandomi con diversi giocatori di altre squadre, ho capito che oggi chiunque sarebbe disposto a farsi allenare da Luca Cereda. Percepisco molta stima nei suoi confronti. È un conoscitore dell'hockey, ma è anche curioso su tutto ciò che riguarda la mente umana. Per lui il gruppo, la coesione, il lavoro quotidiano, sono i punti forti dell'Ambrì Piotta. E cosciente di non avere grandi individualità. Lo stesso Kubalik ha un enorme talento, ma è ancora giovanissimo: rende così tanto anche perché è sostenuto da tutta la squadra. È messo nelle condizioni giuste per assumersi queste responsabilità a soli 23 anni».

Parlare ancora oggi di obiettivo salvezza, un traguardo ormai raggiunto, non rischia di diventare limitante?

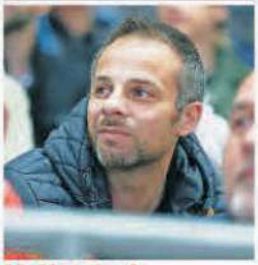
«Secondo me adesso è anche una questione di scaramanzia. Ma soprattutto di umiltà nel modo di porsi verso l'esterno. Internamente, credo che l'obiettivo sia un altro. I playoff, sì, ma soprattutto la voglia di costruire qualcosa di diverso».

Un giocatore come Jiri Novotny può aver cambiato la mentalità degli altri?

«Ha sicuramente contribuito. Nella loro visione di far crescere i giovani, Duca e Cereda non hanno mai chiuso la porta all'innesto di qualche veterano. Dipende dal tipo di giocatore. Se riesci a trovare la persona giusta, quella che in carriera ha ottenuto dei grandi risultati e dà in grado di trasmettere le sue conoscenze, ben venga. Novotny può parlare sapendo di essere ascoltato, nonostante sia l'ultimo arrivato. Non è il classico senatore che è lì da 10 anni. È rispettato per quello che porta in dote a livello di esempio e di risultati. Il saluto vichingo che ha introdotto dopo le vittorie alla Valascia ha aumentato la coesione».



PROVA A PRENDERMI
Il biancoblù Fabio Hofer sfugge al bianconero Elia Riva: in classifica l'Ambrì precede il Lugano di 9 punti. Sotto un ritratto del «mental coach» Fausto Donadelli. *(Foto Zocchetti e Rezzonico)*



Motivazioni

Quando un giocatore approda a Lugano, spesso si sente arrivato, mentre il nuovo Ambrì di Cereda rappresenta un'occasione per mettersi in mostra



MERCATO

Zangger all'HCL, Martinsson k.o. e Moore allo ZSC

Dopo Reto Suri e Dominic Lammer, l'HC Lugano ha ingaggiato in vista della prossima stagione anche Sandro Zangger, 24.enne attaccante che attualmente è in forza al Losanna. Zangger *(a sinistra nella foto Reguzzi)* ha sottoscritto un contratto della durata di due anni. Alto 184 cm per un peso di 88 kg, è cresciuto nel settore giovanile del Rapperswil, dopo di che è passato a quello degli ZSC Lions. Con la maglia rossocrociata ha partecipato a un Mondiale U18 e a una rassegna iridata degli U20. Dopo due stagioni in cui ha alternato presenze nella prima squadra dello ZSC e nella lega cadetta coi GCK Lions, Zangger per il campionato 2014-2015 è passato allo Zugo, nelle cui file è rimasto fino al 2017 e che ha poi lasciato per passare al Losanna. In National League sin qui ha totalizzato 267 partite, 38 reti e 50 assist. Passando alle ultime dagli altri club, Eric Martinsson è alle prese con una seria commozione cerebrale. Il terzino svedese del Servette l'ha subita domenica in seguito a una carica del davosiano Marc Wieser che da parte sua è stato squalificato provvisoriamente per una partita e per il suo gesto è oggetto di una procedura disciplinare. Arrivato alle Vernets fine novembre dall'AHL, Martinsson si qui ha disputato nove incontri per la compagine ginevrina. Infine, gli ZSC Lions hanno preso sino alla fine della stagione il 38.enne centro canadese Dominic Moore, senza squadra dalla conclusione della precedente annata di gare dopo che ha disputato in carriera 998 match di NHL. Moore ha partecipato all'ultima Coppa Spengler col Team Canada.

L'INTERVISTA ELVIS MERZLIKINS

«Carissimo Lugano, ti porto io nei playoff»

Guarito dall'influenza, il portiere vuole prendere per mano la squadra bianconera

FLAVIO VIGLEZIO

L'influenza che gli ha impedito di giocare il derby e di intraprendere la trasferta a Ginevra è passata. Elvis Merzlikins sta meglio ed è pronto a riprendere il suo posto a difesa della gabbia bianconera. Si aggrappa al suo portierone, il Lugano, che da questa sera all'Hallenstadion proverà per l'ennesima volta a dare un senso alla sua stagione. «Sto meglio – afferma l'estremo difensore – soprattutto perché non ho più la febbre. Ho ancora tosse e un po' di mal di gola, ma non avere più febbre mi dovrebbe permettere di essere in pista stasera contro gli ZSC Lions. Anzi, giocherò di sicuro. Durante l'allenamento odierno (di ieri per chi legge, Ndr) mi sono sentito debole, ma è normale dopo quattro giorni passati a letto. Mi ha fatto bene poter tornare sul ghiaccio anche se ho sofferto un po'».

Hai guardato il derby e la partita di Ginevra?

«Sì, le ho viste, anche se durante il derby non ero lucidissimo a dire il vero: proprio nella serata di venerdì la febbre è aumentata tanto e stavo davvero poco bene. Comunque ho seguito in televisione entrambe le sfide. Cosa è mancato al Lugano? Non lo so dire. Io sono un portiere: non capisco e non mi interessa ciò che capita davanti a me. Le prestazioni di Stefan Müller? Sia nel derby sia alle Vernets a inizio incontro l'ho visto piuttosto nervoso, ma è normale. Poteva probabilmente evitare di subire qualche rete, ma non possiamo di certo incolparlo delle due sconfitte subite. Che appartengono già al passato. Ora mi concentro su me stesso: voglio essere il miglior Merzlikins in questa ultima parte di regular season».

> Conosco il mio valore e so cosa posso dare: ora basta, sono stufo di perdere

Anche perché ci sono dei playoff da raggiungere...

«Conosco il mio vero valore e so cosa posso dare a questa squadra. Lo ripeto: non mi interessa come gioca la squadra, voglio concentrarmi esclusivamente sul mio lavoro, che è diverso da quello di tutti i miei compagni. Ne ho piene le scatole di questo campionato e sto parlando di me: sono partito bene, in seguito ho accusato un calo e alla fine mi sono anche infortunato. Ora ci mancava solo l'influenza. Adesso basta: e quando dico basta è davvero così. Voglio e devo ricavalcare l'onda della positività per portare la mia squadra ai giochi per il titolo. Parlerò ancora qualche volta e poi ne playoff, come lo scorso anno, non mi sentirete più. Vivrò nel mio mondo. Non ci rimangono tante partite per risalire in classifica: in questo mese mi sembra che giocheremo addirittura quattordici. Non c'è più tempo per rilassarsi e non mi sembra proprio che con il nostro decimo posto siamo nelle condizioni di poter ancora attendere una vera areazione. Lo dico ancora una volta: ora penso a me stesso. Sono forse un po' egoista, ma non mi importa: sono fatto così».

Merzlikins parla già di playoff: bisogna raggiungerli, però...

«La classifica è corta: so che posso portare in alto la squadra. A inizio campionato su un biglietto ho scritto che il mio obiettivo per la regular season era un posto tra le prime quattro. Abbiamo venti partite a disposizione per risalire la china. Non mi disturba dirlo: in queste stagioni mi sono spesso caricato il Lugano sulle spalle e ho l'intenzione di rifarlo adesso. Non ho paura della classifica: è solo arrivato il momento di darsi una mossa».

Nei momenti topici Merzlikins non ha mai tradito. Ora devi esprimerti al meglio, come se i playoff fossero già cominciati. Una bella sfida anche a livello personale, vero?

«Lo scorso anno non avevo iniziato il campionato nel migliore dei modi. Ero cresciuto verso Natale e poi avevo toccato il picco della forma nei playoff. Adesso so esattamente come e dovrò giocare queste ultime venti partite. Cosa mi rende così sicuro di me stesso? Odio perdere e quando vedo in che situazione ci siamo cacciati mi arrabbio. Non è più possibile vincere una partita e poi perderne due o tre di fila. Non esiste. Inoltre questo è il mio ultimo anno con la maglia del Lugano: non voglio lasciare quella che considero casa mia con un brutto ricordo. Il mio obiettivo rimane quello di ottenere un grande risultato a fine stagione, lanciarmi nella mia nuova avventura oltre oceano con tanto entusiasmo».

Elvis Merzlikins è un giocatore che prende la parola nello spogliatoio o preferisce «parlare» sul ghiaccio?

«Non sono uno che parla molto spesso nello spogliatoio. Come mi ha insegnato il mio mental coach, questo non è il mio ruolo, ma so che quando prendo la parola il resto della squadra mi ascolterà con la massima attenzione. Nel periodo in cui abbiam o attraversato il periodo più buio anche io ho detto la mia, mi sembrava giusto e doveroso. Il ruolo di portiere è veramente diverso dagli altri e quindi concentrarmi prevalentemente sul mio lavoro è fondamentale. Cerco comunque di portare sorrisi e positività nello spogliatoio. Sono una persona allegra e ottimista e questo di certo non guasta mai».

Sei recentemente stato eletto giocatore di hockey lettone dell'anno. Una bella soddisfazione vero?

«Questo premio è stato qualcosa di veramente bello e allo stesso tempo inaspettato. All'inizio quando me lo hanno comunicato nemmeno ci credevo a dire il vero. Ci sono moltissimi ottimi giocatori lettoni ed è un onore aver ricevuto un simile riconoscimento. Ne sono estremamente orgoglioso. Da solo però non avrei potuto fare nulla: ho vinto questo premio grazie alla Nazionale e alle buone prestazioni che abbiam o fornito. Siamo stati un gruppo molto unito e ognuno ha lavorato per il bene della squadra. Insomma i miei compagni mi hanno aiutato tantissimo e devo ringraziarli tutti».



SU LA MASCHERA Dopo aver saltato due partite a causa dell'influenza Elvis Merzlikins è pronto a tornare in pista. *(Foto Zocchetti)*

QUI LUGANO

Haapala e Wellinger out per più settimane

I bianconeri ritrovano Merzlikins, Ulmer, Chiesa e Romanenghi. Haapala si è infortunato a Ginevra e gli esami medici hanno evidenziato una lussazione alla clavicola destra, a causa della quale sarà costretto a uno stop di 3 settimane. Out pure Cund e Wellinger, operato ieri per ridurre una frattura al primo metatarso del piede sinistro subita nel derby di venerdì. Ne avrà per 6 settimane.

NATIONAL LEAGUE

CLASSIFICA	Partite G	V	Vdr	Pdr	P	Gol GF	GS	P
Berna	30	19	2	1	8	86	51	62
Zugo	30	19	1	2	8	97	64	61
Bienne	31	16	1	3	11	99	85	53
Ambri Piotta	31	14	3	4	10	89	90	52
Losanna	32	16	0	2	14	90	78	50
G. Servette	32	15	2	0	15	86	97	49
Langnau	30	14	2	2	12	82	72	48
Friburgo	31	14	2	1	14	82	80	47
ZSC Lions	30	12	4	2	12	72	76	46
Lugano	30	13	1	2	14	94	84	43
Davos	30	7	2	0	21	67	109	25
Rapperswil	31	4	1	2	24	44	102	16

PROGRAMMA

ZSC Lions - Lugano	Oggi 19.45
Losanna - Davos	

ARTISA immobiliare

IL CASO

Habisreutinger: «Klasen rimane con noi»

Avanti così, di cambiare qualcosa per il momento non se ne parla. L'ha confermato il direttore sportivo del Lugano Roland Habisreutinger, che ha confermato la fiducia sia a Greg Ireland sia a Linus Klasen. «Alla Coppa Spengler – ha affermato il ds – Linus ha trovato fiducia. Adesso vogliamo vederla anche qui, in allenamento e in partita. Non abbiamo comunque nessuna intenzione di separarci da Klasen al momento». Dalle parole di Habisreutinger sembra in una botte di ferro pure Ireland: «Ogni sua decisione è sostenuta al cento per cento dalla dirigenza. Per noi non è cambiato nulla, per il futuro faremo le nostre valutazioni». Poche parole, quelle pronunciate dal direttore sportivo, che si è poi soffermato sul difficile momento della squadra: «Certo che c'è preoccupazione guardando la classifica. Vediamo anche che i nostri avversari diretti stanno vincendo partite che dovremmo vincere anche noi. Prima di Natale il Lugano aveva dato chiari segni di ripresa: nello scorso weekend siamo scesi in pista con un line-up decimato, ma non dobbiamo cercare scuse e impegnarci tutti insieme per uscire da questa situazione. Tutta la rosa deve mettersi a disposizione: piangere non ci aiuta a risalire la china». Greg Ireland è invece concentrato sulle ultime venti partite della regular season: «Ormai – afferma il tecnico canadese – il sessanta per cento della regular season se n'è andata e i risultati non sono arrivati. Dobbiamo fare tutti meglio, a partire da me. Cosa può produrre un'inversione di tendenza? «La concentrazione e l'attenzione sui dettagli devono cambiare. Se siamo al decimo posto è perché non abbiamo fatto bene il nostro lavoro. Ma non è più il tempo delle scuse e delle giustificazioni: ne abbiamo utilizzate troppe nel corso delle prime trenta partite». Inevitabile un accenno al futuro: «So benissimo qual è il mio ruolo: non sono un tipo che ha bisogno di essere rassicurato ogni giorno sul proprio futuro. Il mio obiettivo non cambia: sono felice e fiero di alzarmi ogni mattina e di venire a lavorare per il bene di questo club. È l'unica cosa che ho per la mente in questo momento. La pressione? Dobbiamo gestirla come se fossimo già nei playoff. Abbiamo il nostro destino tra le mani: approfittiamone». F.V.

variante
agenzia creativa
variante.ch

Sport

Silenzio, parla Elvis

Le ultime frasi del portiere bianconero prima del via dei playoff. 'Voglio restare da solo per immergermi nella sfida che m'attende'.

di Christian Solari

Lugano – Elvis Merzlikins dice la sua. E sono pure le ultimissime parole del portiere del Lugano prima dell'inizio dell'aspra battaglia dei playoff, sabato alla Resega. Con il ventitreenne portiere bianconero che, seguendo l'esempio di alcuni suoi illustri colleghi (primo fra tutti il bernese Leonardo Genoni) nella postseason sceglie di chiudersi in sé stesso. «In verità, per me i playoff sono cominciati da un mese – spiega il portierone nato a Riga, che compirà ventiquattr'anni ad aprile –, da quando lavoro sugli aspetti che non mi soddisfano, sul piano fisico ma non solo. Il 'silenzio stampa'? Avevo chiesto alla società di non parlare, ed è diventata ormai una specie di tradizione (sorride, ndr). Vorrei rimanere da solo. Vorrei, per così dire, che mi lasciassero in pace, per permettermi di immergermi completamente nella sfida che mi attende».

'Brust? Nulla contro di lui, ma io a Friborgo non ho amici. E se potessi scegliere vorrei sempre ricevere 30 tiri a partita'

Questa è la sua terza, vera, esperienza nei playoff. Siccome nel 2015, allora ventenne, Elvis si dovette accontentare di giocare soli due tempi in gara 6 alle Vernets di Ginevra, nel secondo quarto di finale consecutivamente perso dal Lugano di Fischer contro il Servette di McSorley. «La mia prima, grande esperienza è stata quella della finale (nell'aprile di due anni fa, ndr), in cui sono riuscito a portare la squadra... da qualche parte. Rispetto ad allora, però, ora mi sento più maturo. Anche perché ho ripreso a lavorare con Fausto, il mio mental coach. Vedremo fin dove quel lavoro ci porterà: non c'è un limite che, raggiunto quello, ti permette di dire 'ah, sì, sono cresciuto'. È però vero che ci sono alcuni punti su cui sento di essere migliorato. Quali? Non li dico, non voglio svelare le mie carte (sorride, ndr). Quel che è sicuro è che ognuno ha i suoi punti di forza e le sue debolezze, ed è su queste ultime che voglio lavorare». Fin qui la stagione di Elvis è andata in crescendo. «Diciamo che la prima parte non è andata come desideravo, c'erano un po' troppi alti e bassi. Poi, da Natale in poi la situazione è migliorata, siccome sono riuscito a risolvere i problemi con cui mi sono dovuto confrontare, ciò che mi ha permesso di focalizzarmi al 110% sull'hockey. Ho lavorato tanto con 'Mike' (il preparatore dei portieri Michael Lawrence, ndr), insistendo sulla tecnica e sull'analisi a video. Ho imparato parecchio, il che mi ha permesso di correggere degli errori che si verificavano nella prima parte della stagione. Errori del resto comprensibili, dato che all'inizio abbiamo pianificato di modificare un po' il mio stile».

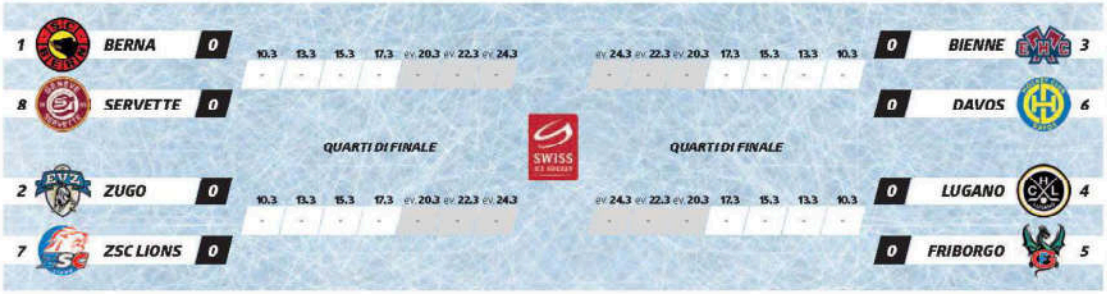
Elvis Merzlikins e il suo rivale, il friborghese Barry Brust, arrivano ai quarti di finale con percentuali di riuscita tutto sommato analoghe: Elvis è a quota 92,09%, il canadese invece al 92,61%. «Le statistiche? Sì, quelle le guardo – ammette –. Parlo di quelle di serata, però: infatti mio obiettivo è chiudere le partite al di sopra del 92 per cento, sennò succede che m'incavolo (ride, ndr)».

E se è vero che nell'hockey quello del portiere è un ruolo chiave sul serio («può anche arrivare a essere l'85% di una squadra» stima Elvis, ndr), resta da capire quanta importanza nell'economia della sfida tra Lugano e Friborgo possa avere il duello a distanza tra lui e Barry Brust. «Non ho nulla contro Brust, è un portiere che ha parecchia esperienza e ha anche fatto la sua carriera, ma personalmente non lo prenderei ad esempio, siccome ha davvero uno stile un po' particolare (sorride, ndr). Quel che è sicuro è che tra noi sarà una battaglia: io nel Friborgo non ho amici e farò tutto ciò che posso per portare il Lugano il più lontano possibile».

Di certo, a Elvis Merzlikins come a Brust, da sabato in poi il lavoro non mancherà. «Se potessi scegliere, vorrei ricevere una trentina di tiri ad ogni partita. Anche perché le conclusioni ti tengono sveglio: in generale credo che qualsiasi portiere, quando non è sollecitato, tra i pali corre il rischio di annoiarsi – conclude, sorridendo –. Quindi spero sinceramente di avere del lavoro da fare. Anche perché quello è l'unico modo che ti permette di dimostrare a tutti quanto vali davvero».



Gli ultimi sorsi prima del via. 'Sono più maturo, ma non c'è un limite che, raggiunto quello, puoi dire: ah, sì, sono cresciuto' TI-PRESS/GOLAY



LEGA NAZIONALE A

Playoff, quarti di finale

Sabato, gara 1 (al meglio di 7)

20.15 Lugano - Friborgo (Rsi la2)
Berna - Ginevra Servette
Zugo - Zsc Lions
Bienne - Davos

Playout, poule contro la retrocessione

Sabato, prima giornata

Langnau	0	0	0	0	0120	134 67
Losanna	0	0	0	0	0149	169 63
Ambrì Piotta	0	0	0	0	0136	168 57
Kloten	0	0	0	0	0120	157 47

ARTISA
Immobiliare

LEGA NAZIONALE B

Playoff, quarti di finale

Ieri, gara 5 (al meglio di 7)

Langenthal - Visp 2-1
Olten - Turgovia dp 4-3
Chaux-de-Fonds - Ajoie 1-3

Domani, gara 6 (al meglio di 7)

19.45 Visp - Langenthal (serie 2-3)
Turgovia - Olten (2-3)

Nota: Rapperswil e Ajoie in semifinale

NATIONAL HOCKEY LEAGUE

Risultati: Minnesota (con Niederreiter, 1 gol)-Carolina 6-2. New Jersey (con Hischier, senza Müller)-Montreal 6-4. Nashville (con Fiala e Weber, senza Josi, infortunato)-Dallas 2-0. Columbus (senza Kukan, infortunato)-Las Vegas (senza Sbisa, infortunato) 4-1. Tampa Bay-Florida (senza Malgin, infortunato) d.p. 5-4. Chicago-Colorado (senza Andrighetto, convalescente) d.p. 2-1. Boston-Detroit d.p. 6-5. Ny Rangers-Winnipeg 0-3. Anaheim-Washington 4-0

Classifiche. Atlantic Division: 1. Tampa Bay 67/96. 2. Boston 64/90. 3. Toronto 68/85. 4. Florida (Malgin) 64/71. 5. Detroit 66/63. 6. Montreal 66/61. 7. Ottawa 65/56. 8. Buffalo 66/53. **Metropolitan Division:** 1. Washington 66/81. 2. Pittsburgh 67/80. 3. Philadelphia 66/79. 4. New Jersey (Hischier e Müller) 67/76. 5. Columbus (Kukan) 67/73. 6. Carolina 67/69. 7. Ny Islanders 67/67. 8. Ny Rangers 67/66. **Central Division:** 1. Nashville (Fiala, Josi e Weber) 66/95. 2. Winnipeg 66/89. 3. Minnesota (Niederreiter) 67/93. 4. Dallas 67/80. 5. Colorado (Andrighetto) 66/77. 6. St. Louis 66/75. 7. Chicago 67/66. **Pacific Division:** 1. Las Vegas (Sbisa) 66/89. 2. Anaheim 67/80. 3. San José (Meier) 66/79. 4. Los Angeles 66/77. 5. Calgary 67/74. 6. Edmonton 66/60. 7. Vancouver (Bärtschi) 66/59. 8. Arizona 65/51

LE BREVI

Biathlon
Sospeso medico kazako
La federazione internazionale ha sospeso in modo provvisorio il medico della squadra del Kazakhistan, Kossilbeck Tagaev. Nei suoi confronti è stata aperta un'inchiesta dopo che sostanze proibite sono state trovate nella sua camera d'albergo durante una perquisizione effettuata dalla polizia in occasione della tappa di Coppa del mondo disputata in gennaio ad Antersel-va (Italia).

Sci nordico
Fähndrich squalificata
La gioia di Nadine Fähndrich per l'accesso alla finale dello sprint di Coppa del mondo a Drammen (Norvegia) è stato di breve durata. L'elvetica è stata squalificata per aver bruscamente cambiato corsia, provocando la caduta della norvegese Weng.

Hockey **A volte Elvis canta davvero**

Il Lugano ospita alla Resega lo Zurigo, intanto Merzlikins è tornato sui suoi migliori livelli «Quando gioco mi rilassa intonare i cori dei tifosi, anche quelli delle squadre avversarie»

FLAVIO VIGLEZIO

«Stavo giocando da schifo. Lavoravo, mi impegnavo, cercavo di dare il massimo ma prendevo cinque gol a partita. Mi sono detto che non potevo andare avanti così. Allora ho ripreso a collaborare con il mio mental coach, Fausto Donadelli. Abbiamo iniziato un po' prima della pausa della Nazionale e stiamo continuando. Ora sento di aver ritrovato la fiducia che mi era venuta un po' a mancare». Non ha mai mezze misure ed è estremamente severo con se stesso, Elvis Merzlikins. Con lui – tanto per restare in clima Lugano – è tutto bianco o tutto nero. Sì, il suo inizio di campionato non è stato magari eccezionale, ma nemmeno così pessimo come il portiere vuole far credere. Certo è che venerdì scorso alla Resega con il Losanna e sabato a Berna il pubblico ha rivisto l'Elvis stratosferico degli ultimi playoff. E come per incanto il Lugano ha iniziato a subire meno reti, anche se è purtroppo tornato a mani vuote dalla PostFinance Arena.

Allora Elvis, ti senti di nuovo quello della scorsa stagione?

«Spero che il miglior Merzlikins sia finalmente ritornato. Già a Zurigo in Champions, ma soprattutto con il Losanna, mi sono sentito quello della fine della passata stagione. Ho di nuovo provato sensazioni speciali, quelle che ti fanno sentire bene e i tifosi mi hanno aiutato molto, scandendo il mio nome. Ora mi auguro davvero di proseguire così, con continuità. Il mio obiettivo è fare ogni sera di tutto per dare una possibilità al Lugano di vincere».

Alcune settimane fa hai dichiarato di sentire la mancanza di Leo Luongo, l'ormai ex preparatore dei portieri bianconeri...

«Quando senti di non riuscire a dare il massimo del tuo potenziale, automaticamente ti innervosisci e il problema diventa anche mentale. Sì, lo confermo: Leo mi manca tanto, mi capiva al volo e io capivo lui. La nostra era una collaborazione eccellente. Adesso è tornato Mikael Andreasson, che mi dà qualche consiglio. Lavoro però soprattutto con me stesso: anzi, sono fiero di quello che ho fatto in queste settimane. Ho capito di essere diventato un portiere e soprattutto un uomo più maturo».

Sorretta da Merzlikins, anche la difesa ha dato segnali di crescita nelle sfide con Losanna e Berna...

«Sì, difensivamente abbiamo giocato molto meglio rispetto alle precedenti partite. Dietro abbiamo bloccato parecchi dischi e questo è sempre di grande aiuto. Dimostrare spirito di sacrificio è importante. Inoltre gli attaccanti hanno dato una grossa mano, con un «backchecking» molto efficace, anche se tutto ciò non è bastato per avere successo nella Capitale. Il problema è che abbiamo subito troppe penalità nel primo tempo. È vero che il nostro box-play è stato eccellente, ma alla lunga giocando così spesso con uno o due uomini in meno la stanchezza si fa sentire. È giusto entrare in pista motivati, ma non bisogna nemmeno essere troppo «gasati», perché poi il rischio di commettere errori o falli ingenui aumenta».

Cosa manca a questo Lugano per tornare a essere quello di qualche mese fa, capace di qualificarsi per la finale dei playoff?

«È difficile rispondere a questa domanda. Di sicuro dobbiamo segnare di più, sfruttando i «regali» e gli errori degli avversari. Inoltre avremmo bisogno di vincere tre o quattro partite di fila, per accumulare fiducia e positività. Non è comunque evidente, perché il campionato è molto equilibrato. Dobbiamo insomma crescere in generale per tornare a proporre il nostro miglior hockey».

Soprattutto in trasferta, dove faticate tantissimo a conquistare punti. È una questione di mentalità?

«Per quanto mi riguarda non è un problema giocare lontano dalla Resega, anche se ovviamente preferisco sentire l'affetto dei nostri tifosi. Però mi diverto anche fuori casa. Sia alla Resega sia in trasferta quando gioco mi piace cantare le canzoni dei tifosi: è qualcosa che mi rilassa e mi dà la giusta energia durante la partita. Spesso non ho nemmeno idea di cosa dicono, però canto lo stesso. A Losanna, per esempio, intonano spesso un coro che mi piace molto. Alla Resega però è più facile perché conosco praticamente tutte le canzoni della Curva Nord (ride, Ndr). Non so se qualcuno se ne sia mai accorto, visto che porto la maschera. Per tornare alle nostre difficoltà fuori casa, è indubbio che sia più difficile fare risultato in trasferta. Poi ci sono gli incontri come quello di Berna, dove diciamo che gli arbitri non è che ci abbiano proprio dato una mano... Non dobbiamo però aggrapparci a scuse o alibi. Sappiamo che, nonostante i tanti infortuni che ci stanno perseguitando, abbiamo le qualità per risalire la classifica. Questa sera con gli ZSC Lions, alla Resega, sarà sicuramente un bel test: loro sono indubbiamente una squadra molto forte e compatta, ma qui gli abbiamo già battuti nella gara di andata della Champions League e anche all'Hallenstadion abbiamo dato loro del filo da torcere». Per farcela ci sarà di sicuro bisogno del miglior Elvis. Quale canzone cantano i tifosi dello Zurigo?



L'ABBRACCIO Ryan Gardner si congratula con Elvis Merzlikins dopo la splendida prestazione del portiere venerdì sera contro il Losanna. *(Foto Ti-Press/Putzu)*

DOUG SHEDDEN

«Al completo siamo un'ottima squadra»

Doug Shedden non vede nero dopo la sconfitta di Berna. Alcune decisioni arbitrali non lo hanno per nulla convinto, ma il tecnico bianconero preferisce concentrarsi su ciò che di buono ha visto alla PostFinance Arena: «Difensivamente – afferma l'allenatore canadese – siamo andati piuttosto bene e il nostro box-play è stato eccezionale. Elvis poi ha sfoderato una grande prestazione. L'attitudine generale è stata buona e la squadra ha lottato. È frustrante perdere in questo modo». Intanto però il Lugano rimane vicinisso alla riga: «In tanti – continua Shedden – mi chiedono cosa non va in questo Lugano? Rispondo loro di guardare la nostra situazione infortuni. Sono più che convinto che il giorno in cui recupereremo tutto l'effettivo saremo una formazione difficilissima da battere». Stasera sarete di nuovo rimaneggiati. Come si affronta in queste condizioni una formazione di talento come i Lions? «Dovremo proporre un hockey da... prima non prenderle, evitando giocate pericolose e inutili. F.V.

NOTIZIE**FLASH**

EQUITAZIONE

Crotta vende Casall a Valentina Rossini

Fabio Crotta, che dall'8 all'11 dicembre sarà al Palexpo per il CSI di Ginevra, ha venduto il suo cavallo, Casall de Fussieux. Il cavaliere di Giubiasco, medaglia di bronzo agli ultimi campionati svizzeri di salto a ostacoli, ha ceduto lo stallone alla ticinese Valentina Rossini.

HOCKEY SU ROTELLE

Biasca battuto per 5-2 in casa del Diessbach

Nel massimo campionato maschile dell'hockey su rotelle il Biasca lo scorso weekend è stato battuto per 5-2 sul campo del Diessbach, secondo di una classifica in cui la compagine di casa nostra è invece al settimo e terzultimo posto con un bottino di cinque punti in tre incontri. Ossia due in meno rispetto a quelli già disputati dal Diessbach, quarto con sette punti.

ATLETICA

Linda Züblin dice basta a causa dei guai fisici

Linda Züblin ha annunciato il ritiro dalle competizioni. La turgoviese di 30 anni ha deciso di lasciare il mondo dell'heptathlon a causa di continui problemi fisici. In carriera l'elvetica ha partecipato a tre campionati del mondo e alle Olimpiadi di Pechino nel 2008.

BASKET NBA

Un grande Westbrook non basta ai Thunder

La tripla doppia del loro asso Russell Westbrook (41 punti, 16 assist e 12 rimbalzi) non è bastata domenica agli Oklahoma City Thunder, che in casa si sono inchinati con lo score di 119-117 agli Orlando Magic. Per Westbrook si è trattato della quarantesima tripla doppia della carriera nella NBA e nelle venti, precedenti occasioni in cui era riuscito nell'impresa la sua squadra aveva sempre vinto.

TOTOGOAL

112 2X1 1X1 1X1 1
1-1

Quote vincenti Lotto

13 + R.	Nessun vincitore	
13 numeri	2	Fr. 3.890,30
12 numeri	39	Fr. 99,70
11 numeri	443	Fr. 8,80
10 numeri	2.209	Fr. 1,80

Prossimo primo rango
Fr. 40.000.–

Tennis **Debutto deludente di Stan**

Il romando è stato sconfitto da Nishikori nella sua prima partita al Masters

LONDRA Stan Wawrinka è apparso l'ombra di se stesso nel suo primo incontro al Masters. Lento negli spostamenti, impreciso negli scambi e quasi impacciato nei turni di servizio, ha subito la netta superiorità di Key Nishikori, che si è imposto per 6-2 6-3 in appena 63' di gioco. Una giornata decisamente storta per il vincitore dell'US Open, che forse non ha ancora del tutto risolto i problemi al ginocchio sinistro (vistosamente fasciato) che già nelle ultime settimane lo aveva in parte condizionato. Stan ha concesso ben quattro volte il suo servizio e non è mai riuscito a procurarsi una palla break. Basta questo dato per dare l'idea di quanto è successo nell'incontro pomeridiano alla O2 Arena di Londra. Wawrinka, che ha firmato un contratto di quattro anni con l'agenzia di intermediazione London Capital Group (LCG) – proprio ieri ne è stato dato l'annuncio – inizia dunque queste finali ATP nel modo peggiore. Anche le statistiche della partita indicano bene quali siano state le difficoltà di Stan: 31 gli errori diretti e soli 12 i colpi vincenti. Naturalmente, la formula del torneo consente all'elvetico di rifarsi e non è detto che possa comunque proseguire il suo cammino come aveva fatto nelle sue tre precedenti partecipazioni, quando è sempre approdato alle semifinali. D'altra parte va ricordato che due giocatori – Federer nel 2007 e il russo Davydenko nel 2009 – avevano iniziato il Masters con una sconfitta e si erano poi aggiudicati il torneo. Certo, per restare in corsa, Stan dovrà trasformarsi. Domani lo attende una partita ancora più difficile, contro il croato Marin Cilic, ieri sera battuto con un 6-3 6-2 dallo scozzese Andy Murray.



DELUSO Wawrinka ha ceduto quattro volte il suo servizio nella sfida con il giapponese Nishikori. *(Foto Keystone)*

Singolare - Gruppo McEnroe: Nishikori (JPN/5) b. Wawrinka (SUI/3) 6-2 6-3; Murray (GBR/1) Cilic (CRO/7) 6 3 6 2.

Doppio - Gruppo Fleming/McEnroe: Klaasen/Ram (RSA/USA/7) b. Herbert/Mahut (FRA/1) 7-5 6-4. Kontinen/Peers (FIN/AUS/5) b. F. Lopez/M. Lopez (ESP/4) 6-3 7-6 (9/7).

Il programma di oggi - Gruppo Lendl (seconda giornata): alle 15.00 (ora svizzera) Monfils (FRA/6) – Thiem (AUT/8); alle 21.00 Djokovic (SRB/2) – Raonic (CAN/4).

Nuoto A Mendrisio brillano Noè Ponti e Sharon Marcoli

MENDRISIO Si sono concluse domenica nella piscina Canavée di Mendrisio le eliminatorie per il campionato svizzero a squadre giovanile. Essendo una competizione a squadre, l'obiettivo di nuotatori e allenatori era quello di dare il meglio in ogni gara per avere la possibilità di scendere in acqua anche nella fase finale a Chiasso, nella quale saranno impegnate trentadue formazioni, equamente suddivise tra femminili e maschili.

Le migliori prestazioni della manifestazione di Mendrisio sono state firmate da Noè Ponti (Nuoto Sport Locarno) nei 200 delfino in 2'02"07 e dalla sua compagna di società Sharon Marcoli nei 100 stile libero in 59"31. Nella classifica a squadre, per quello che riguarda i ragazzi si è imposta la squadra di casa: la Mendrisiotto Nuoto si è aggiudicata il primo posto con 7.740 punti, seguita dalla Nuoto Sport Locarno con 7.429 e Lugano Nuoto con 6.934. Tra le ragazze ha invece primeggiato la Nuoto Sport Locarno con i suoi 0.353 punti, seguita dalla Lugano Nuoto con 7.713 e dalla Mendrisiotto Nuoto con 7.505. Questi risultati hanno permesso ai ragazzi di Mendrisiotto Nuoto, Nuoto Sport Locarno e Lugano Nuoto e alle ragazze della Nuoto Sport Locarno e Lugano Nuoto di strappare un biglietto per l'ambita finale chiassese che è in programma per il prossimo 3 dicembre.

Questo appuntamento è stato importante anche perché era l'ultimo test prima dei campionati svizzeri assoluti in vasca corta, che si terranno il prossimo fine settimana nella piscina di Savosa. E i tempi ottenuti a Mendrisio dai giovani nuotatori rossoblù fanno ben sperare per l'importante rassegna che saranno chiamati ad affrontare ora. S.G.



Il caso **Lugano, una poltrona per due**

Scambio in vista a Cornaredo: lo sfiduciato Da Costa lascerà la porta a Joël Kiassumbua «Ma se cadi da cavallo è meglio risalirci subito» spiega il mental coach Fausto Donadelli

MARCELLO PELIZZARI

Tifosi, media, presidente e allenatore. David Da Costa è stato travolto da un ciclone gigantesco. E adesso non sa bene come uscirne. Errore dopo errore, una papera dopo l'altra, il portiere del Lugano ha fatto perdere la pazienza perfino a Pierluigi Tami. Sabato a Zurigo, a meno di clamorosi ripensamenti, toccherà al «secondo» Joël Kiassumbua difendere la porta bianconera.

«Banalmente, David è sotto stress» afferma Fausto Donadelli, fra i mental coach più affermati in Ticino. Ha lavorato con l'Hockey Club Lugano e segue da vicino Elvis Merzlikins, ad esempio. «Da Costa ricopre un ruolo importante e delicato, quello del portiere. L'errore di domenica, palese, ha demoralizzato l'intera squadra. L'ambiente esterno ha giocato un ruolo determinante, mettendogli addosso ulteriore pressione. Si è creata un po' la dinamica del cane che si morde la coda. I suoi compagni, intimamente, pensano "sbaglierà anche stavolta". E la profezia si autorealizza. È come se dicessero: "Qualsiasi sforzo è inutile, perché tanto ci sarà un errore". Poi, appunto, il fatto che tutti parlino di Da Costa tende a rafforzare la gravità degli episodi».

Altro aspetto da analizzare, l'attestato di sfiducia a Da Costa rilasciato da Angelo Renzetti e Pierluigi Tami. Come reagirà l'estremo difensore dopo le dichiarazioni di presidente e allenatore? «Prendo il caso opposto, ovvero Gennaro Gattuso e la sua gestione del Milan» prosegue Donadelli. «Quando Rodriguez ha sbagliato un rigore in campionato, il tecnico lo ha rassicurato dicendogli che sbagliare è umano. Non lo ha messo in croce e così l'elvetico ha ritrovato subito fiducia. Dopo gli errori di San Gallo, David domenica è entrato in campo con un'idea: "Non devo sbagliare". Ma non è un approccio corretto, perché inconsapevolmente stai dicendo: "Entro e sbaglio". A me poi fa specie una cosa. Il club è intervenuto solo quando la frittata era bella che fatta. Avrebbe potuto prevenire il problema Da Costa valutando di volta in volta il rendimento del portiere. Invece lo staff ha tentennato, David ha continuato a vacillare e tutta la squadra ha vacillato».

Come ritrovare la fiducia, allora? «Quella nasce dal gioco e dai risultati» dice Donadelli. «Se pari bene e vinci, è anche merito tuo e ti senti più forte. Se giochi male e perdi, è dura. È barcolli».

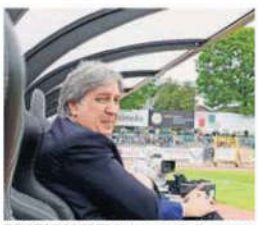
E qui tornano in gioco la specificità e la particolarità del ruolo: «È vero, stare in porta non è come giocare fuori» conferma il mental coach. «Un attaccante ad esempio entra in crisi solamente se non segna, ma se la squadra perde o pareggia non si sente particolarmente in colpa. Un portiere invece è perennemente in discussione: è lui, anche se non sempre c'è di mezzo un errore, a fare entrare il pallone in porta. Ma il portiere può fare la differenza anche in positivo. Penso a Buffon e alla sicurezza che trasmette ai difensori». E ancora: il portiere a detta di Donadelli «è una squadra a sé». Ovvero, «se con i giocatori di movimento puoi impostare un discorso di unità e solidarietà, chi sta in porta è solo. Sempre».

Tornando a Da Costa, gli errori commessi in serie pesano come macigni. «Quando sei protagonista di una papera così eclatante fai almeno 150 passi indietro. David è un portiere con determinati standard, ma se sbagli in questo modo dopo è dura buttarsi tutto alle spalle. E questo perché il ruolo sportivo finisce per mischiarsi alla persona. L'aspetto tecnico diventa un "io" che dice: "Non sono più capace". Sì, David ora come ora ha perso la sua identità e dovrà lavorare innanzitutto su questo. Anche dall'esterno è stato attaccato l'uomo, non tanto il portiere. Gli errori commessi sono figli anche del tentativo di razionalizzare la situazione».

La soluzione, stando alle dichiarazioni di Renzetti e Tami, è la panchina più o meno temporanea. Ma un portiere ormai abituato all'errore davvero può «guarire» stando a guardare? Donadelli è scettico al riguardo: «Se cadi da cavallo, beh, devi risalirci al più presto. Così, con una pausa forzata, perdi soltanto tempo nel processo di recupero. Anche perché qui non stai punendo un atteggiamento né l'impegno. Più David rimarrà fuori, meno ammortizzerà quanto gli è accaduto. Anzi, continuerà a pensarci. Quando un portiere sbaglia non va punito, ma aiutato. E attenzione, perché il ragazzo non ha bisogno di mesi e mesi per ritrovare il focus. Basterebbero poche ore».

Bene. E Kiassumbua, come deve comportarsi adesso? Da amicone o da rivale? «Da un punto di vista prettamente professionale, deve cogliere tutte le occasioni che gli si presentano» conclude Donadelli. «A lui non deve interessare quello che sta succedendo a David. È anche per questo che spesso le squadre di calcio tendono ad avere un portiere più forte dell'altro: la gerarchia così è chiara e il titolare ha un minimo di tranquillità. Se penso al lato umano, invece, allora Joël deve fungere da sostegno per David. Essergli amico ma, parallelamente, stimolare una reazione in Da Costa».





PROTAGONISTI Qui sopra l'allenatore Pierluigi Tami e Angelo Renzetti. Nella foto in alto David Da Costa assieme al suo «rivale» Joël Kiassumbua: sabato toccherà a lui? *(Foto Maffi/Keystone)*

A CONFRONTO

DAVID DA COSTA

È nato a Zurigo il 19 aprile del 1986. È alto 186 centimetri, è mancino ed è a Lugano dall'estate 2017. Con il club bianconero ha firmato un triennale. Cresciuto nello Zurigo, squadra con cui ha totalizzato 118 presenze, nella sua carriera ha vestito le maglie di Chiasso, Concordia, Wohlen, Thun e Novara. Finora, David ha disputato 30 partite con il Lugano subendo 44 gol. Per dieci volte è riuscito a mantenere la porta bianconera inviolata. La sua stagione a Cornaredo ha conosciuto alti e bassi. Capace di parare ben tre rigori e di garantire 19 punti alla sua squadra, le statistiche dicono anche che in campionato subisce un gol ogni 60 minuti.

JOËL KIASSUMBUA

È nato a Lucerna il 6 aprile del 1992. È alto 190 centimetri, è destro ed è a Lugano dall'estate 2017. Con il club bianconero ha firmato un biennale con opzione per un'ulteriore stagione. Già campione del mondo con la Svizzera Under 17 nel 2009, Kiassumbua ha poi scelto di rappresentare il Congo a livello di selezioni maggiori. Nella sua carriera ha vestito le maglie di Lucerna, Kriens, Rapperswil e Wohlen. Joël ad oggi ha disputato 4 partite con il Lugano, subendo 4 reti. Per due volte ha mantenuto inviolata la porta. In campionato, con i bianconeri subisce in media un gol ogni 90 minuti.

IL PRECEDENTE

Autore di alcune partite insufficienti, condite da vari errori, a novembre per tre partite (una di Europa League, due di campionato) Da Costa è stato sostituito «per scelta tecnica» da Joël Kiassumbua. Pierluigi Tami allora non aveva messo in discussione il ruolo dell'ex Zurigo e lo stesso ha fatto a margine della sconfitta contro l'YB, domenica. Stavolta, però, il tecnico ha calcato la mano e lo stesso ha fatto il presidente Angelo Renzetti. Secondo le dichiarazioni di allenatore e patron, sabato ci sarà un avvicendamento fra i pali: fuori Da Costa, dentro il «vice» Kiassumbua.

Champions **Senza Neymar serve un'impresa a Parigi**

Serve un'impresa al Parco dei Principi, dove stasera il Paris Saint-Germain sfida il Real Madrid nel ritorno degli ottavi di finale di Champions League. Complice il 3-1 rimediato nel primo atto al Bernabeu, saranno due le reti da rimontare per gli uomini di Emery, la cui strada sarà di certo in salita non tanto per il parziale da ricucire ma soprattutto per la pesantissima assenza di Neymar. L'ex Barça si è fratturato un metatarso e sabato è stato operato in Brasile: sarà assente per almeno due mesi. Anche l'altro asso Kylian Mbappé è reduce da un infortunio e una sua partenza dal primo minuto sembra improbabile. In attacco, Emery punterà dunque su Edinson Cavani e Angel Di Maria, quest'ultimo l'uomo più in forma al momento con 13 reti realizzate dall'inizio del 2018. La voglia di interrompere la «maledizione Champions» è tantissima, dopo che i parigini sono stati estromessi per tre volte ai quarti di finale negli ultimi anni. Ma pesare di più è stata senza dubbio la clamorosa eliminazione di un anno fa agli ottavi, con la sconfitta 6-1 al Camp Nou di Barcellona dopo il successo (4-0) dell'andata che sembrava una certezza al fine della qualificazione. Stasera servirebbe «soltanto» un 2-0 per sfatare il tabù, ma potrebbe pesare in negativo l'effetto psicologico alimentato dalla defezione del proprio giocatore chiave. Senza dimenticarsi di chi il Paris Saint-Germain si trova di fronte. Trascinati da un Ronaldo in grado di mettere a segno 14 reti nelle ultime otto partite, i campioni in carica del Real Madrid, nonostante una crisi costante nella Liga, possono contare su una fame europea che non sembra ancora essere stata saziata dai successi raccolti nelle ultime stagioni, con gli spagnoli che hanno sollevato per tre volte (2014, 2016 e 2017) la coppa dalle grandi orecchie.

Pura formalità, invece, l'impegno del Liverpool di Jürgen Kloop che ad Anfield riceve il Porto forte del 5-0 ottenuto al Dragão nella sfida di andata.

PROGRAMMA

CHAMPIONS LEAGUE

OTTAVI DI FINALE

STASERA, 20.45

Paris Saint-Germain - Real Madrid *(andata 1-3)*
Liverpool - Porto *(5-0)*

DOMANI, 20.45

Manchester City - Basilea *(4-0)*
Tottenham - Juventus *(2-2)*

EUROPA LEAGUE

OTTAVI DI FINALE

Atletico Madrid - Lokomotiv Mosca	Giovedì 19.00
Borussia Dortmund - Salisburgo	
Milan - Arsenal	
CSKA Mosca - Olympique Lione	
RB Lipsia - Zenit San Pietroburgo	21.05
Lazio - Dynamo Kiev	
Olympique Marsiglia - Athletic Bilbao	
Sporting Lisbona - Viktoria Pilsen	

CHALLENGE LEAGUE

I RISULTATI

Vaduz – Servette 2-1
Reti: 17' Muntwiler 1-0. 50' M.Stevanovic 1-1. 69' Borgmann 2-1.
Spettatori: 1.484.
Arbitri: Luca Gut.

Winterthur – Xamax 4-4
Reti: 11' Silvio (rigore) 1-0. 30' Silvio 2-0. 40' Nuzzolo 2-1. 41' Schulz 3-1. 57' Duah 4-1. 62' Nuzzolo (rigore) 4-2. 66' Doudin 4-3. 72' Tréand 4-4.
Spettatori: 2.100.
Arbitri: Alessandro Dudic.

CLASSIFICA	Partite G	V	N	P	Gol GF	GS	P
Xamax	23	17	4	2	54	26	55
Servette	22	12	7	3	38	19	43
Sciaffusa	23	13	0	10	42	33	39
Vaduz	22	10	6	6	32	29	36
Rapperswil	21	8	6	7	29	27	30
Aarau	22	7	6	9	32	37	27
Wil	22	5	6	11	21	31	21
Chiasso	23	6	6	11	25	35	21
Winterthur	22	3	8	11	27	36	17
Wohlen	22	3	5	14	28	55	14

PROSSIMO TURNO

Chiasso - Winterthur	Venerdì 20.00
Wil - Vaduz	Sabato 19.00
Xamax - Sciaffusa	Domenica 15.00
Servette - Wohlen	16.00

Lugano «Patrick Fischer è come Picasso»

Eric Walsky sta attraversando un ottimo periodo di forma: «Ma il merito va suddiviso tra tante persone»
L'attaccante è anche un abile artista: «Pittura e prestazioni sul ghiaccio si influenzano reciprocamente»

FERNANDO LAVEZZO

La pista di hockey è la sua tela più grande. Una superficie lucida e bianca su cui pennellare dribbling fantasiosi e reti che lasciano un segno deciso. È Eric Walsky, artista sul ghiaccio, artista nella vita. Attaccante dalla tecnica sopraffina, pittore, scultore, amante della cultura italiana, della cucina e della musica jazz. L'americano con passaporto svizzero sta attraversando un eccellente periodo di forma: già a bersaglio venerdì a Kloten, si è ripetuto sabato contro i Lions, realizzando il gol della vittoria. Il suo bottino, in 8 partite disputate (a inizio stagione ne ha saltate alcune per infortunio) è salito a 4 reti e 3 assist. Ma a colpire più di tutto è la ritrovata fiducia nei suoi mezzi. Patrick Fischer se lo gode: «Eric è un elemento di qualità, furbo e veloce. Con noi ha iniziato a giocare bene già la scorsa stagione, da gennaio, ma ora ha imparato a rischiare di meno e a gestire meglio le situazioni. Si sente a suo agio e prende sempre delle buone decisioni con il disco».

Da dove viene tutta questa fiducia, che mai gli avevamo visto da quando è a Lugano? Ce lo dice lo stesso Walsky: «Devo condividere il merito con molte persone, a partire dal nostro mental coach Fausto Donadelli, che sta svolgendo un grande lavoro. Sul ghiaccio, poi, vengo schierato insieme a compagni di linea eccellenti, a cominciare da Filppula. Ilari è un centro bravissimo, crea molte opportunità per il sottoscritto, spingendo mi ad essere un giocatore migliore. Fisicamente sto bene, gli infortuni sono dimenticati e lo staff tecnico mi affida sempre più responsabilità».



Stare al fianco di Filppula mi spinge ad essere un giocatore migliore

In passato Fischer ti ha utilizzato anche come centro, ora sei tornato all'ala destra. Dove ti trovi meglio?

«Mi piacciono entrambi i ruoli. L'anno scorso ho avuto qualche difficoltà di adattamento, indipendentemente dalla posizione in cui venivo utilizzato. Per lo staff tecnico non è stato facile capire come impiegarmi e in quei momenti giocare al centro era forse la cosa migliore. Mi sentivo più a mio agio, perché potevo gestire più dischi. Ma ora, al fianco di Filppula, sento di poter dare un maggior contributo all'ala grazie alla bella intesa che si è creata con il finlandese».

Non porti solo gol e fantasia, ma hai anche il miglior bilancio personale della squadra con un bel +5...

«Sono fiero di questo dato, significa che io e la mia linea stiamo giocando bene su tutti i fronti, in attacco e in difesa. In fondo, sono statistiche come questa a determinare quanto sei realmente produttivo sul ghiaccio. Come ho detto, però, non è solo merito mio. Quello che più conta, è che nel weekend abbiamo ritrovato la retta via, disputando due partite finalmente complete, anche se a Kloten non siamo riusciti a vincere. Ne avevamo discusso durante tutta la settimana precedente: per crescere dovevamo giocare bene per 60 minuti. Quando lo facciamo, siamo pericolosi per tutti, come abbiamo dimostrato sabato contro lo Zurigo».

Insieme a McLean e Murray sei uno dei tre nordamericani sopravvissuti alla «Fischer revolution». Quindi la convivenza è possibile?

«Certo, ci mancherebbe (ride, ndr.). Patrick ha molta fiducia in me, la percepisco ogni giorno. Mi stimola, mi spinge a dare sempre il massimo. Apprezzo lo stile europeo, si presta alle mie caratteristiche, ma so che devo metterci più aggressività per rendere al meglio. Ed è questo che l'allenatore mi chiede ogni giorno».

In che modo le tue prestazioni sul ghiaccio influenzano il tuo lato artistico e viceversa?

«Purtroppo in queste settimane, con così tante partite in calendario, non ho molto tempo per dipingere. Ciò detto, una connessione tra l'hockey e la mia attività artistica esiste. Spesso, quando in pista le cose vanno bene, mi sento particolarmente motivato a dipingere. Nei momenti più negativi, invece, la pittura è una valida via di fuga dai brutti pensieri: mi permette di rilassarmi e di ritrovare la concentrazione per i match successivi».

L'hockey è un gioco di squadra, mentre davanti a una tela sei da solo con i tuoi colori. In quale situazione emerge il vero Eric Walsky?

«Come sa bene mia moglie, per me è importante potermi ritagliare un po' di tempo tutto per me. Sotto certi aspetti, sono un solitario. Dall'altro lato, però, amo essere circondato dalle persone e stare con i miei compagni. Insomma, divido la mia giornata a metà tra queste due anime. Credo che sia la cosa migliore per trovare un equilibrio nella vita».

Per concludere, un piccolo giochino: se Patrick Fischer fosse un pittore famoso, chi sarebbe?

«Questa è una domanda troppo difficile. Così, al volo, mi viene in mente Pablo Picasso, perché come lui, anche il nostro coach è un ragazzo pieno di talento e passione, capace di trasmettere le forti emozioni che lui stesso vive sulla propria pelle».



DECISIVO Eric Walsky ha segnato la rete della vittoria nel 2-1 di sabato scorso contro lo Zurigo campione svizzero in carica. *(fotogonnella)*

STASERA ALLA RESEGA C'È IL LOSANNA

Il coach: «Voglio la stessa concentrazione»

È il Losanna l'avversario di questa sera alla Resega. I vodesi, sesti in classifica, hanno vinto quattro delle ultime cinque partite e possono sempre contare sul loro ispiratissimo «topscorer» finlandese Juha-Pekka Hytönen, già autore di 7 reti. Cosa può chiedere di più ai suoi giocatori, Patrick Fischer, rispetto alla bella prestazione offerta sabato sera contro gli ZSC Lions? «Di più, niente. Semmai pretendo sempre la stessa cosa: attenzione e determinazione per sessanta minuti. Già venerdì contro il Kloten siamo stati bravi, nonostante la sconfitta ai rigori. Tutti dicono che dopo il primo tempo siamo calati, ma non sono d'accordo. Nei primi 35 minuti abbiamo giocato molto bene, mentre negli ultimi 25 abbiamo dovuto fare i conti con cinque situazioni di inferiorità numerica. Questo ci ha ovviamente condizionati. Contro i vodesi, dobbiamo semplicemente continuare sulla strada intrapresa nel weekend: vogliamo essere aggressivi sotto porta, ma soprattutto concentratissimi in difesa, lasciando pochissimo spazio alla squadra di Ehlers, che sta attraversando un buon periodo di forma». FL.

AMBRÌ-RAPPERSWIL

Questa volta la Valascia vuole i 3 punti

Supplementari e rigori sono emozionanti, nessuno lo mette in dubbio, ma ad Ambrì, almeno stasera, ne farebbero volentieri a meno. In Leventina arriva il Rapperswil, ultimo della classifica: un'occasione ghiotta per conquistare il primo successo «pieno» alla Valascia. «Vogliamo disputare un match di qualità per 60 minuti, evitando quei cali di tensione che ci sono già costati diversi punti anche in casa», dice Serge Pelletier.

Nel primo turno, contro gli stessi Lakers, l'Ambrì Piotta aveva mostrato il suo volto peggiore. Dalla terza giornata di campionato molte cose sono cambiate. Tranne una: quello dei sangallesi resta un power-play letale, il migliore della NLA. «Prima di tutto – dice Pelletier – sarà importante tenerci alla larga dalla panca dei penalizzati. Secondariamente, dovremo essere come sempre molto efficaci in box-play, un esercizio che ci sta riuscendo davvero bene: siamo terzi nella speciale classifica».

Discorso opposto per il power play, che in Leventina proprio non gira: «L'analisi è semplice: muoviamo il disco troppo lentamente ed è facilissimo difendersi contro di noi in inferiorità numerica. Giochiamo troppo all'esterno, preoccupandoci soltanto di completare i passaggi, senza puntare alla porta. Spero che le cose cambino in fretta».

Uno che dovrebbe fare la differenza in queste situazioni è Aucoin, il quale, al contrario di Hall, non si è ancora messo in luce: «Keith ha bisogno più tempo per capire come funzionano certe cose qui da noi. Questa è pur sempre la sua prima esperienza lontano dal Nordamerica. Per Adam, invece, è stato più facile: in passato ha già giocato in Europa e inoltre ha conosciuto l'hockey internazionale attraverso il Team USA».

Tra le note liete del weekend, insieme alle due vittorie e ai gol di Alex Giroux, c'è il recupero di Elias Bianchi: «Con lui guadagniamo energia, anche nel box-play. Inoltre ritroviamo una certa profondità nella rosa». FL.

NLA

CLASSIFICA	Partite G	V	Vdr	Ptr	P	Gol GF	GS	P
ZSC Lions	13	9	0	2	2	46	26	29
Davos	11	8	1	1	1	51	25	27
Lugano	11	5	2	3	1	38	29	22
Zugo	11	5	2	1	3	37	24	20
G. Servette	12	4	2	2	4	32	41	18
Losanna	12	5	1	0	6	30	29	17
Ambrì Piotta	11	2	4	2	3	31	32	16
Berna	11	4	1	2	4	34	37	16
Bienne	11	3	2	2	4	32	38	15
Kloten	10	2	1	1	6	19	33	9
Friburgo	11	1	2	1	7	30	51	8
Rapperswil	12	1	1	2	8	30	45	7

PROGRAMMA

Ambrì Piotta - Rapperswil	Stasera 19.45
Bienne - G. Servette	
Friburgo - Berna	
Kloten - Davos	
Lugano - Losanna	
Zugo - ZSC Lions	

ARTISA
Immobiliare

QUI AMBRÌ

Rientra Gautschi Stucki non ce la fa

Dopo aver recuperato Reto Kobach, Adrian Lauper e l'infortunato di lungo corso Elias Bianchi, per il match casalingo di questa sera contro i Rapperswil Lakers i biancoblù ritrovano anche il difensore Marc Gautschi, tra gli assenti dell'ultimo weekend di gare. Non ce la fa per contro Christian Stucki: ieri mattina il giovane attaccante ticinese si è allenato, ma non è ancora pronto per giocare. Quella odierna sarà una partita del tutto particolare per il difensore canadese Geoff Kinrade: potrebbe infatti essere l'ultima con la maglia dell'Ambrì Piotta, a meno che domani – a prestito scaduto – il club leventinese e il Berna non trovino un accordo. Sempre assente, oltre a Ryan O'Byrne, anche Inti Pestoni.

QUI LUGANO

Fuori «Lukas & Luca» Si rivede Dal Pian

Si fa sempre più affollata l'infermeria bianconera. Oltre a Brady Murray (frattura di un osso dell'avambraccio) e Sébastien Reuille (problema muscolare agli adduttori), questa sera contro il Losanna saranno ancora assenti Clarence Kparghai (il suo rientro è previsto per venerdì), Stefan Ulmer e Matteo Romanenghi. Nel corso dell'allenamento di ieri mattina, inoltre, Luca Fazzini è stato colpito al volto da una discata e ha riportato la frattura del naso. Fuori causa anche Lukas Balmelli che non si è sentito bene dopo la gara casalinga di sabato contro gli ZSC Lions e si sta sottoponendo a degli accertamenti. Tornerà invece in pista Giacomo Dal Pian che si è ripreso da una commozione cerebrale.

Mercato **Matt Lombardi a Ginevra fino al 2016**

Adesso è ufficiale, Matthew Lombardi torna alle Vernets. Il 32.enne attaccante canadese ha firmato un contratto valido fino al 2016 con il Ginevra Servette. Topscorer della passata stagione di NLA con 59 punti (23 reti, 36 assist) in 58 partite, Lombardi ritrova la Svizzera dopo una nuova esperienza negativa in Nordamerica. Ingaggiato dai New York Rangers, ha in effetti sciolto il suo contratto dopo essersi rifiutato di giocare in AHL. Chris McSorley si ritrova ora con sei stranieri: il difensore Paul Ranger e gli attaccanti Tom e Taylor Pyatt, Matt D'Agostini, Alexandre Picard e, appunto, Lombardi. «Matthew non ha avuto il successo che sperava in Nordamerica. La sua scelta di tornare a Ginevra è importantissima per la nostra squadra, il nostro staff e il nostro pubblico. Desidero ringraziare gli sponsor e i tifosi che hanno permesso l'ingaggio di questo giocatore», ha sottolineato McSorley in un comunicato.

Intanto, in attesa di conoscere il nome del suo nuovo allenatore dopo l'esonero di Hans Kossmann, il Friburgo ha prolungato fino al 1. novembre il contratto del suo attaccante finlandese Petteri Wirtanen. Il 28.enne, dal suo arrivo al Gottéron ad inizio settembre, ha totalizzato quattro assist in dieci partite. Per restare in casa friburghese, il Gottéron dovrà disputare la partita di andata degli ottavi di finale della Champions League il 4 novembre in casa e non a Helsinki come previsto dal regolamento. La pista dell'IFK non è infatti disponibile per quella data: si tratta di un impianto multifunzionale già riservato per un'altra manifestazione. Quale testa di serie dopo le qualificazioni il Friburgo avrebbe avuto il diritto di disputare in casa il ritorno.

L'INTERVISTA

FAUSTO DONADELLI

Ecco l'uomo dentro la mente dei bianconeri

Parla il mind performance coach: «Io intervengo sulle emozioni»

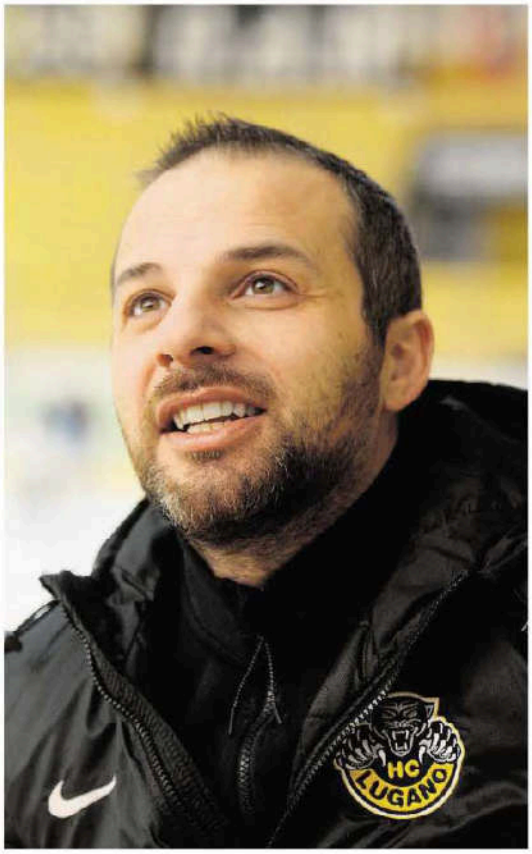
Dei benefici ottenuti lavorando con lui, in passato, ci hanno parlato Lorenz Kienzle, Eric Walsky e Stefan Ulmer. È Fausto Donadelli, «mental coach» e «mind performance coach» dell'Hockey Club Lugano. A pochi giorni dall'inizio dei playoff, lo abbiamo fatto uscire allo scoperto: «Ma io sto bene dietro le quinte», ci confessa. «Del resto i grandi sportivi, fino a qualche anno fa, non volevano far sapere che c'era una figura del genere dietro le loro prestazioni. In Italia è stato Livio Sgarbi uno dei primi a sdoganare la figura del mental coach, lavorando ad esempio con Carlo Ancelotti. Ha fatto capire che esiste un ambito che non è solo psicologico, ma più motivazionale e pragmatico».

FERNANDO LAVEZZO

Diciamolo subito: i bianconeri non si sdraiano su un lettino per parlare con Donadelli. Non devono neppure allontanarsi dalla pista: «Operando nell'ambiente del cliente, sia esso un ufficio, un campo, uno spogliatoio, io opero in un luogo in cui realmente emergono le sue potenzialità e le sue difficoltà. Così facendo ho la possibilità di risolverle direttamente sul posto, nel qui e ora. Non faccio lavorare un giocatore sul passato o sul futuro, ma esattamente sul punto di rottura. Incontro i ragazzi alla Resega, ho uno spazio apposito e se necessario loro possono andare sul ghiaccio».

> Incontro i ragazzi nel loro ambiente, dove emergono potenzialità e difficoltà

Come è nata la collaborazione?
«È iniziata nel gennaio di un anno fa, ma avevamo preso i primi contatti a fine novembre 2013. Il Lugano era in una situazione scomoda, ma già in fase di risalita. Quando ha pensato di provare qualcosa di nuovo, il club non lo ha fatto nel periodo di maggior crisi, ma in un momento di rinascita: significa che non cercava questa figura soltanto perché tutto andava male e questo è positivo. Io non ero molto conosciuto, soprattutto in Ticino, dunque abbiamo concordato un periodo di prova. Il test è iniziato dedicando al Lugano 8 ore a settimana, per un totale di 8 giocatori. Avvicinandoci ai playoff i ragazzi sono diventati 12. Ho chiarito subito di non voler vedere la squadra al completo. Sarebbe stata una strategia sbagliata. Non uso proiettori, statistiche, computer. Ho un metodo pratico. Per me è importante il fare, la teoria ha un impatto quasi nullo. Non credo nel metodo efficace per tutti. O meglio, può essere efficace, ma il sistema di comunicazione per farlo arrivare cambia da persona a persona».
Quand'è che un giocatore ha bisogno di un «mental coach»?
«In generale, a livello sportivo, il mental coach o il mind performance coach interviene sulle emozioni. Quando si parla di mente, nel 95% dei casi si parla di emozioni. Possono esserci momenti di tensione, magari dovuti all'ansia da prestazione. Chi è reduce da un infortunio, ad esempio, potrebbe chiedersi se tornerà come prima, oppure entrare in pista con la paura di farsi nuovamente male. In questi casi bisogna iniziare a lavorare sulle barriere mentali per tornare performanti. Qualcun altro, invece, potrebbe avere dei problemi a casa, come tutti noi. Il che potrebbe ripercuotersi sul rendimento in pista, magari a livello di concentrazione».
Che cosa ha capito dei giocatori di hockey, un ambiente per lei nuovo?
«Quando incontrai lo staff tecnico per la prima volta, esordii dicendo che l'hockey è un gioco molto fisico e poco di testa. Sbagliai ad esprimermi, tant'è che Peter Andersson mi guardò male, come per dire "stai dicendo che non usiamo il cervello?". In realtà intendevo il contrario. L'hockey è lo sport di squadra più veloce in assoluto, tanto veloce da non darti il tempo di fermarti a pensare. Quando sei nel mezzo dell'azione devi agire d'istinto. Tattica, tecnica e fisico vengono allenati ogni giorno, ma in partita tutto deve essere automatico. La parte razionale della testa va spenta e va acceso l'istinto. I giocatori di hockey mi hanno molto stupito. Hanno la capacità di mettersi in discussione in pochissimo tempo e una predisposizione al cambiamento mentale molto rapida. I ragazzi non sono obbligati a parlare con me. Scelgono di farlo e all'inizio la cosa può sembrare difficile. Uno può pensare che il mio ruolo sia quello di risolvere i problemi. Posso farlo, sì, ma il vero compito di un mental coach è anticipare il problema. Fornisco al giocatore le strategie per evitare che si verifichi».



QUALCOSA IN PIÙ
«Sono orgoglioso di lavorare con il Lugano, un club che ha sposato un metodo, prima ancora di una persona», dice Fausto Donadelli, 40 anni, collaboratore dei bianconeri dal gennaio dello scorso anno. *(Foto Maffi)*

> In partita un giocatore deve spegnere la razionalità e accendere l'istinto

Questo messaggio è passato?
«È un po' complicato per un giocatore capire questa cosa, almeno inizialmente. I primi approcci, di conseguenza, si hanno quando uno vive già delle difficoltà. Poi, parlando con me, magari si rende conto che le sue prestazioni sono migliorate, che la sua immagine agli occhi di dirigenti, allenatori e tifosi è cambiata. E magari capisce che più si va avanti con questo rapporto, più progredirà: la performance resta costante, non ci sono più alti e bassi continui».
Come si traduce il lavoro individuale nelle dinamiche di squadra? Come si fanno andare 22 teste nella stessa direzione lavorando singolarmente?
«Premessa: sono orgoglioso di lavorare per il Lugano, non tanto perché ha scelto me, ma perché ha sposato un metodo. Di mental coach ce ne sono tanti, anche nell'hockey svizzero, ma spesso sono figure esterne, che intervengono solo in determinati casi. I bianconeri, invece, hanno abbracciato una strategia che, senza nessuna forzatura, crescerà nel tempo. Già oggi siamo passati dal lavoro con i singoli, che resta prioritario, ad operare in piccoli gruppi, fino all'intera squadra riunita. L'ultima volta è successo settimana scorsa. Si può lavorare su ogni singolo ingranaggio, ma quando il motore è assemblato devi trovare il giusto carburante. Singolarmente puoi allineare ogni giocatore al suo obiettivo, al comportamento che deve assumere per ottenerlo. Questo è il primo passo. In seguito bisogna lavorare con la squadra, fare in modo che tutti abbiano un comune denominatore. Che non è vincere il campionato. È sottinteso che uno gioca per vincere. Tutti devono chiedersi "perché stiamo giocando insieme nel Lugano? È solo una questione di business? Oppure abbiamo scelto di collaborare, di portare avanti una missione?". Qui interviene una dinamica di gruppo: si allinea ogni giocatore su un unico binario».
È importante, con i playoff alle porte...
«Logicamente l'aria sta cambiando, ma devo essere sincero: questi ragazzi hanno un'ottima gestione della pressione. I momenti in cui costruire il gruppo possono essere diversi: a inizio stagione, a metà, a tre quarti. Questo è un momento importante anche perché sono stati inseriti nuovi giocatori, ci sono stati dei cambiamenti, per cui è giusto allineare anche gli ultimi arrivati allo spirito di squadra. Ad esempio tutti devono capire che l'errore è concesso, perché siamo umani: chi non sbaglia, probabilmente non sta provando niente di particolare. Il Lugano vuole dei giocatori che sappiano prendersi qualche responsabilità in più. Questo significa esporsi a maggiori rischi. In questa squadra non ci sono invidie: ognuno ha preso degli impegni nei confronti dei compagni e di conseguenza ha acquisito il diritto di far sentire la propria voce».

> Chi ha lo spirito del campione difficilmente ammette di avere un problema

Ci sono giocatori che non hanno mai voluto incontrarla singolarmente?
«Individualmente non li ho visti tutti. Probabilmente all'inizio abbiamo commesso un errore, presentando la mia figura come quella di colui che interviene in caso di problemi. Chi ha lo spirito del campione, però, difficilmente ammetterà di avere un problema. Può sbagliare una prestazione, magari due, ma avrà un suo feedback personale che gli dirà "okay, è stata solo una serata storta". Oppure si accorgerà di essere sceso in pista troppo nervoso, ma per lui il nervosismo non è un vero problema. Fino a non molto tempo fa, questo poteva essere un ostacolo. Mi capitava di chiedere a un giocatore di fare due chiacchiere e di sentirmi rispondere "no grazie, io sto bene". Per fortuna le cose cambiano. Ho molto supporto dai giocatori stessi: parlano tra di loro, dicono agli altri che venire da me è stato utile anche se non avevano problemi. Lo scetticismo è una forma di paura. L'85% dei giocatori, oggi, è passato da me individualmente. E il 10% di questi si è avvicinato sotto altre forme. Ad esempio, io utilizzo molto la musica per alcune tecniche di visualizzazione e motivazione. Qualcuno, incuriosito dai compagni, mi ha chiesto di studiare una playlist anche per lui».
Il tecnico Patrick Fischer viene mai a sfogarsi dal mental coach?
«Scaricarsi no, però lavoro anche con lui. È importante avere un feedback costante per capire qual è il tipo di comunicazione da applicare con un determinato giocatore. Non tutti siamo sintonizzati sulla stessa frequenza. Quando si tratta di comunicazione, un allenatore può avere più feeling con un certo tipo di giocatore, perché si rispecchia in lui, e un po' meno con un altro. È umano. Il primo compito di un tecnico, in ogni sport, è capire qual è la leva che motiva l'atleta alla performance: l'ottenimento del risultato o la paura di non ottenerlo? Lo devi sfidare oppure incitare? Sono due cose diverse e io posso seguire l'allenatore in questo percorso».

NLA

CLASSIFICA	G	Partite V	Vdr	Pdr	P	Gol GF	GS	P
ZSC Lions	47	26	3	9	9	142	99	93
Berna	47	26	5	5	11	151	112	93
Zugo	47	22	7	6	12	156	122	86
Davos	47	23	5	6	13	159	126	85
Lugano	47	21	8	5	13	146	122	84
G. Servette	47	19	6	7	15	146	141	76
Losanna	47	19	4	6	18	101	107	71
Bienne	47	14	7	6	20	135	157	62
Friburgo	47	11	7	8	21	134	166	55
Kloten	47	12	8	3	24	111	137	55
Ambrì Piotta	47	9	9	6	23	118	159	51
Rapperswil	47	5	6	8	28	110	161	35

PROSSIMO TURNO
Domani 19.45: Ambrì Piotta - Zugo, Lugano - Berna, Davos - ZSC Lions, Friburgo - G. Servette, Rapperswil - Kloten, Losanna - Bienne

ARTISA
Immobiliare

GHIACCIO BOLLENTE FLAVIO VIGLEZIO

AMBRÌ PIOTTA, LA SALVEZZA SI GIOCHERÀ NELLA TESTA

Il sottilissimo filo della speranza che ancora legava l'Ambrì Piotta ai playoff si è spezzato martedì alla Valascia dopo la sconfitta con gli ZSC Lions e la contemporanea vittoria del Bienne a Zugo. Se fino all'altra sera la matematica accordava ancora qualche remota possibilità ai biancoblù, da tempo la logica diceva che la squadra di Serge Pelletier sarebbe stata costretta a lottare per la salvezza. Anche e soprattutto perché, in questa tribolatissima stagione, l'Ambrì Piotta non ha mai trovato quella continuità necessaria per aspirare ad un posto tra le prime otto della classifica. Abbiamo già avuto modo di scriverlo più volte e lo ribadiamo oggi: nel passato campionato i leventinesi avevano gettato le basi della loro partecipazione ai giochi per il titolo conquistando la bellezza di quaranta punti nelle prime venti partite. Quest'anno, invece, capitan Duca e compagni non sono mai stati in grado di vincere più di due partite di fila. Non è questo, però, il momento delle analisi definitive, né tantomeno quello dei processi, ma alcune considerazioni – in vista dell'ormai imminente e insidioso girone intermedio contro la relegazione – vanno fatte. Balza agli occhi in particolare la cronica incapacità evidenziata dall'Ambrì Piotta di gestire la pressione: una lacuna emersa sia nelle singole partite – tanti, troppi i punti gettati al vento nei secondi finali – sia nelle fasi topiche della lunga regular season. Quando, dopo la sconfitta di Zugo del 16 gennaio, si è ritrovata a -13 dalla linea, la squadra leventinese si è come liberata di un peso e senza l'incubo del risultato ad ogni costo ha conquistato dieci punti in tre partite che l'hanno portata a 3 sole lunghezze dal Bienne ottavo. La situazione, sulla carta estremamente favorevole, è stata gestita in malo modo e a pochi passi dal traguardo l'Ambrì Piotta si è nuovamente sgonfiato. Di pressione, da qui al termine della stagione, ce ne sarà parecchia ed ecco allora che in Leventina bisognerà lavorare soprattutto sull'aspetto mentale di un gruppo che dovrà immediatamente ricentrarsi su un nuovo obiettivo: evitare ad ogni costo lo spareggio con il Rapperswil. Una squadra, quella sangallese, diventata maestra nell'evitare il duello contro i campioni della NLB. La sfida tra biancoblù, Friburgo e Kloten – il Bienne ha ormai un piede e mezzo nei playoff – si giocherà soprattutto nella testa. A patto ovviamente che Serge Pelletier sappia prendere – o meglio, riprendere – le giuste soluzioni a livello tecnico e tattico. Ad iniziare dalla scelta del portiere: lo sfortunato Michael Flückiger al momento non offre purtroppo le necessarie garanzie. Ed allora sarebbe opportuno rigettare nella mischia Edgars Masalskis, non brillantissimo nelle sue quattro uscite, ma in possesso dell'esperienza necessaria per gestire le situazioni più complicate.