

# Il cuore nella sabbia

Nadine Zumkehr, beach volley, diploma olimpico a Rio

*Madrina d'eccezione ai Campionati svizzeri juniores del Beachtour andati in scena nel weekend al Cst, la plurititolata 31enne campionessa di Frutigen, quinta alle Olimpiadi di Rio in coppia con Joana Heidrich, ripercorre la carriera che ha deciso di chiudere a fine stagione. Sul futuro non trapela nulla, ma il legame con il beach volley è talmente forte che è 'una questione di cuore', ammette.*

di Marzio Mellini

Tanto si è scritto e detto, in termini elogiativi, del quinto posto di Rio (con relativo diploma olimpico), che si tende a dimenticare che è frutto di una sconfitta che brucia. Difficile, per un atleta, trovare l'equilibrio tra la delusione e la fierezza per il risultato conseguito, comunque prestigioso. Nadine Zumkehr, a bocce ferme, ce l'ha fatta, e si dichiara più fiera che abbattuta. «Negli istanti seguiti alla sconfitta nei quarti - ammette la 31enne bernese - la delusione era enorme. Se prima dei Giochi mi avessero detto che avremmo ottenuto il quinto posto, con diploma olimpico, e che avremmo perso di un soffio nei quarti contro le brasiliane Larissa e Talita, ci avrei messo la firma. Ma se ripenso che siamo arrivate a un passo dalla semifinale (tre match ball, ndr), la sconfitta fa male. In quel momento la si vede come un'occasione sprecata. I due giorni successivi all'eliminazione la delusione era enorme, la fierezza per l'ottimo risultato e l'ottimo torneo... un po' meno. Giorno dopo giorno, però, l'equilibrio si è spostato verso l'orgoglio. Oggi posso dire di essere molto soddisfatta di quanto fatto, e del diploma che abbiamo portato a casa. Abbiamo giocato il nostro miglior beach volley. Le brasiliane sono state più brave di noi in un paio di punti. Non abbiamo nulla da rimproverarci».

**Passi per le medaglie, ma il diploma è già di per sé un traguardo importante**

A Londra fui nona. Ero soddisfatta a metà, in quanto non soddisfatta delle mie prestazioni. A Rio lo sono stata. Ho giocato come meglio non avrei potuto. L'intesa con Joana (Heidrich, ndr) è stata perfetta, abbiamo saputo entusiasmare molte persone. Considero il diploma come la ricompensa per l'ottimo torneo olimpico, e ne vado fiera.

**Il giorno prima di presentarsi a Tenero in veste di madrina dei Campionati svizzeri del Junior Coop Beachtour, Nadine ha annunciato il ritiro, a fine stagione.**

Mi sento molto bene con la mia decisione. Ci sono parecchie emozioni in ballo, perché continuo ad amare molto il beach volley. Da un certo punto di vista gli anni di carriera sono ovviamente stati straordinari, anche per i risultati che ho conseguito. D'altro canto, però, sono stati estremamente esigenti. Per arrivare ai vertici mondiali e restarci a lungo ho dovuto sacrificare tutto al beach volley. Mi rallegra poter dare più spazio nella vita ad altre cose che non siano lo sport. Ecco perché un occhio sorride e l'altro piange. Sono però convinta che la decisione di smettere sia quella giusta. Constato con piacere - dice riferendosi ai tanti giovani che hanno partecipato alla manifestazione di Tenero - che il ricambio è assicurato.

**Una vita da professionista, in una disciplina che non gode dell'attenzione mediatica che meriterebbe. E che di conseguenza non 'paga' come altre.**

Siamo dipendenti dalle prestazioni, dai risultati. Abbiamo però alle spalle il sostegno della federazione svizzera e di Swiss Olympic. Come squadra di "beach" abbiamo un nostro sponsor specifico. Con le sponsorizzazioni e i montepremi vinti si può vivere, soprattutto in stagioni in cui i risultati sono positivi. Ma non possiamo neppure lontanamente paragonare i guadagni con quelli di calcio o tennis. A noi basta che con il "beach" si possa vivere, così da poterci concentrare a tempo pieno solo sullo sport.



Soddisfazioni olimpiche

KEYSTONE

**Una carriera lunga, con ricordi esaltanti e inevitabili momenti di bassa.**

I momenti più belli, i ricordi più emozionanti, sono legati ai risultati più prestigiosi ottenuti in carriera. Credo che sia così per tutti gli sportivi. Ci sono stati istanti molto intensi, sul piano emotivo, ma i ricordi più vivi sono legati ai risultati. I quarti di finale di Rio sono uno dei punti più alti della mia carriera. Il bronzo a Gstaad con Simone Kuhn nel 2012 fu un avvenimento indimenticabile, come la vittoria del Grande Slam a Roma, un paio di settimane prima. Sono queste le soddisfazioni maggiori che ho raccolto, unitamente al ricordo particolare del primo successo nel World Tour. Così come il primo trionfo al Coop Beach tour, a Locarno, nel 2006, se non mi sbaglio. Fu la mia prima vittoria in quel Tour. Ho molti ricordi bellissimi. Ce ne sono però anche di negativi. Tra quelli "forti", ma in senso negativo, metto la mononucleosi che mi ha debilitato a lungo. Ho passato momenti difficili. Due anni fa ho subito un intervento chirurgico alla spalla, un'altra bella sfida. Poi ci sono tanti piccoli momenti di tristezza legati alle sconfitte, da quelle brucianti a quelle più annunciate. Fanno parte del gioco, ma è innegabile che facciano male. Siamo abituate a considerare ogni partita come la più importante, per cui è normale che dopo una battuta d'arresto prevalgano i sentimenti negativi. Devo però ammettere che dalle sconfitte ho imparato moltissimo anch'io. In sede di bilancio sono di più le sconfitte delle vittorie di un certo peso, ma fa parte del gioco.

**Disciplina di coppia, il beach volley. Servono intesa, complicità. Ma nascono anche amicizie?**

Premetto che non ho mai giocato assieme alle mie migliori amiche. Ho sempre preferito che tra noi compagne di squadra ci fosse un buon

rapporto, senza che questo sconfinasse troppo nella sfera privata. Con tutte le mie partner di gioco ho vissuto molti momenti di condivisione, ma ci siamo sempre concentrate sugli aspetti sportivi della collaborazione. Ritengo che sia meglio separare i due ambiti, privato e sportivo. Ci si vede e ci si frequenta tanto che è consigliabile poi staccare e andare ognuna per la propria strada, fuor di allenamenti e partite. Io ho sempre agito in questo modo. Ciò non toglie che possa comunque nascere un'amicizia. Dipende da come si sviluppano le rispettive vite private. Con Simone Kuhn, per esempio, ho ancora contatti regolari. Grazie all'ottimo periodo che abbiamo vissuto assieme dal 2009 al 2012 posso anche dire che siamo diventate amiche.

**L'evoluzione del 'beach' svizzero, visto dall'interno e con gli occhi della specialista.**

Lo sport in generale in Svizzera negli anni in cui l'ho praticato io si è sviluppato enormemente. È diventato molto più professionale, in tutti gli ambiti. Nello specifico del beach volley, da disciplina più che altro legata al divertimento è diventata uno sport professionistico a tutti gli effetti. I risultati mostrano che Swiss Volley è stata capace di stare al passo con la sua evoluzione. Grazie al Junior Beachtour disponiamo di un'ottima piattaforma per avviare la carriera. All'interno della federazione abbiamo un concetto di formazione molto ben sviluppato. Se penso al livello del "beach" femminile, il lavoro si è dimostrato pagante. Per la prima volta abbiamo avuto due coppie a un'Olimpiade, entrambe hanno vinto medaglie nel World Tour. Lo sviluppo è buono, in linea con quello dello sport d'eccellenza in ambito internazionale. È bello constatare che la piccola Svizzera riesce a stare al passo e a proporre molte squadre ai vertici del movimento mondiale. Da molte stagioni siamo competitivi ai più alti livelli. Come detto, l'intero movi-

mento nazionale ha fatto progressi notevoli. Lo dimostra la partecipazione al Beachtour, il numero elevatissimo di giovani che praticano il beach volley, la qualità delle squadre più forti. La Svizzera ha innegabilmente lavorato meglio di altre nazioni. La via tracciata è quella giusta.

**Una provocazione: perché il beach volley è così amato e seguito per le due settimane dei Giochi, e poi nessuno se lo fila più?**

È una domanda che mi sono posta anch'io. Durante le Olimpiadi, era così anche a Londra, ha un seguito e un successo straordinari, è amatissimo. È peccato che a livello mediatico non si riesca a dare un vero seguito a tutto l'interesse che il "beach" riesce ad attirare su di sé ai Giochi. La disciplina ha tutto quello che serve per essere amata e seguita. È spettacolare, fisica, mentale. L'offerta che viene data al pubblico è notevole. Ci sono molte cose che rendono il beach volley interessante. Spero che presto o tardi sull'onda lunga dell'euforia generata dai Giochi si possa continuare a parlarne e a seguirlo come merita, anche fuori dal contesto olimpico. Rio ha dimostrato che c'è molta gente che lo segue. Sono tanti gli appassionati o gli sportivi ai quali farebbe piacere vederne di più in televisione, o leggerne di più sui giornali. Spero di aver contribuito a fare una buona pubblicità.

**A proposito di seguito, Nadine Zumkehr è un'atleta di livello mondiale che però non gode della visibilità e della fama di illustri colleghi di altre discipline...**

Non nego che faccia piacere suscitare interesse ed essere apprezzati per le prestazioni sportive. Va da sé che in discipline più "mediatizzate" gli atleti hanno più possibilità di farsi conoscere, e, di conseguenza, di guadagnare di più. Più se ne parla, insomma, maggiore è l'interesse degli sponsor. Da un lato mi auguro che il beach volley possa essere maggiormente considerato, anche se a me personalmente piace la discrezione. Non mi disturba non essere riconosciuta da tutti, per strada. La popolarità ha vantaggi e svantaggi. Per la nostra disciplina maggiore attenzione da parte dei media sarebbe benvenuta, affinché possa avere uno sviluppo ancora maggiore. Personalmente, però, non ho alcun problema a non essere... Shaqiri (ride, ndr).

**Dall'alto della sua esperienza, cosa consiglierebbe a un giovane atleta che medita di fare il grande passo nel professionismo?**

Gli direi che se il suo sogno è vivere di "beach" e di fare il professionista, vale la pena che lotti per riuscirci; che tutto il resto deve passare in secondo piano; che tutte le energie vanno indirizzate verso te stesso e le tue prestazioni; che deve lavorare ogni giorno per diventare più forte. Questo è il presupposto necessario affinché si possa sfruttare tutto il potenziale che si ha in corpo. Fin dove tali risorse ti possano portare, non è dato sapere, lo dirà il tempo. Ribadisco però che l'unica via per sfruttare bene il proprio potenziale fino in fondo è questa: concentrarsi su se stessi, sulle proprie prestazioni. Se le premesse sono queste, vale la pena provarci. Anche perché lo sport è un'ottima palestra di vita, indipendentemente dai risultati. Dalla mia ho avuto la fortuna di competere ad alti livelli, di avvicinarmi all'élite mondiale. Ho però vissuto anch'io momenti difficili, che mi hanno insegnato molto. Cose che mi saranno d'aiuto anche nella mia vita fuori dallo sport.

**Sarebbe un delitto sprecare tale bagaglio di esperienza. Ci dica che resterà attiva in ambito beach volley...**

Non lo so ancora. Ho solo deciso che mi ritirerò a fine stagione. Quando sarà archiviata, mi prenderò del tempo per riflettere. Sono reduce da mesi molto intensi, sul piano delle emozioni. La qualificazione, la preparazione, il torneo di Rio, la decisione di smettere... Mi prenderò del tempo per una riflessione a tutto tondo, con distacco, per liberare la testa, per metabolizzare bene tutto il carico emotivo di questi mesi. Resterò sempre legata al beach volley, per una semplice quanto fortissima questione di cuore. Se e in quale forma resterò attiva in ambito "beach"... Nessuna idea, davvero.