

A TU PER TU CON LA CAMPIONESSA ITALIANA DI ARRAMPICATA SPORTIVA

Stella Marchisio ha 21 anni ed è campionessa italiana 1997 di arrampicata sportiva. Stella, figlia di Lodovico, appassionato e vulcanico alpinista, da sempre ha respirato aria di montagna. Parliamo con lei per capire cosa vuol dire essere oggi campioni di arrampicata sportiva e per capire i rapporti fra gare, arrampicata, alpinismo.

Ne è scaturita subito un'istantanea, sincera e genuina.

Stella, quando hai iniziato ad arrampicare?

Ho cominciato all'incirca all'età di sei anni, accompagnando mio padre in montagna.

E come mai hai iniziato a pensare alle gare?

Ho cominciato per gioco partecipando ad una gara societaria, dopodiché, essendomi divertita parecchio, decisi di provare a partecipare alle competizioni giovanili aggiudicandomi per due anni di seguito il titolo italiano juniores. Adesso tutto ciò è diventato molto più importante che un semplice gioco... Ma comunque quest'attività mi fa sentire completa poiché richiede tutta la mia attenzione fisica e mentale.

Quanto ha pesato l'influenza familiare su questa attività?

Se ho intrapreso quest'attività è grazie alla passione che i miei genitori hanno sempre dimostrato verso la montagna. Credo che sia impossibile non ereditare tale passione se la vedi vissuta dai tuoi con tale entusiasmo come la vedo vivere io!

Una campionessa di arrampicata quante ore si allena al giorno?

Mi alleno circa cinque ore al giorno, sei giorni su sette, seguendo uno schema specifico di allenamento a seconda dei periodi. Ma al di là degli aspetti più propriamente tecnologici dell'allenamento devo

dire che, come per tutti gli sport, devi dare tutta te stessa e soprattutto devi credere fino in fondo in quello che stai facendo. Questo ti aiuterà a vivere le sconfitte senza sentirti perdente e a cercare nelle vittorie gli errori che comunque potresti avere commesso.

In falesia o sulla trave, esiste l'avventura?

Penso che sulla trave e anche sul pannello non si possa parlare di vera avventura essendo un mondo artificiale fatto di resina, così anche i sentimenti sono un po' meno veri. Ma il muro è importante perché fa parte del gioco e senza il muro non sarei mai arrivata dove sono adesso... insomma il muro è ormai diventato, come la roccia, parte di me. Secondo me, è bene che esistano entrambi: il muro ti prepara fisicamente e la roccia ti completa anche mentalmente.

Sicuramente l'arrampicata in montagna è molto più stimolante, ma un vero atleta si vede anche da quanto è capace di sacrificarsi sul muro mantenendo sempre alto lo stimolo che, ti assicuro, non è sempre facile soprattutto quanto il periodo preparatorio comprende anche l'allenamento con i pesi o sulla trave.

Sei subentrata a Luisa Jovane, che proveniva dall'alpinismo... hai mai pensato tu all'alpinismo?

Anch'io ho cominciato come Luisa Jovane, magari senza aver compiuto le sue imprese, ma mi sento, anch'io nel mio piccolo, un'ex-alpinista; e, chi lo sa, magari un giorno potrò tornare da dove sono arrivata con le basi che adesso mi sto costruendo grazie all'arrampicata sportiva.

Mi sono già cimentata su vie anche in quota e anche lunghe e mi rendo conto che con l'impegno, la costanza e la passione si possono trasferire le possibilità aperte dall'arrampicata sportiva su qualunque montagna. Ma attualmente le gare non concedono né a me, né agli altri, spazio per divagazioni di alcun genere...

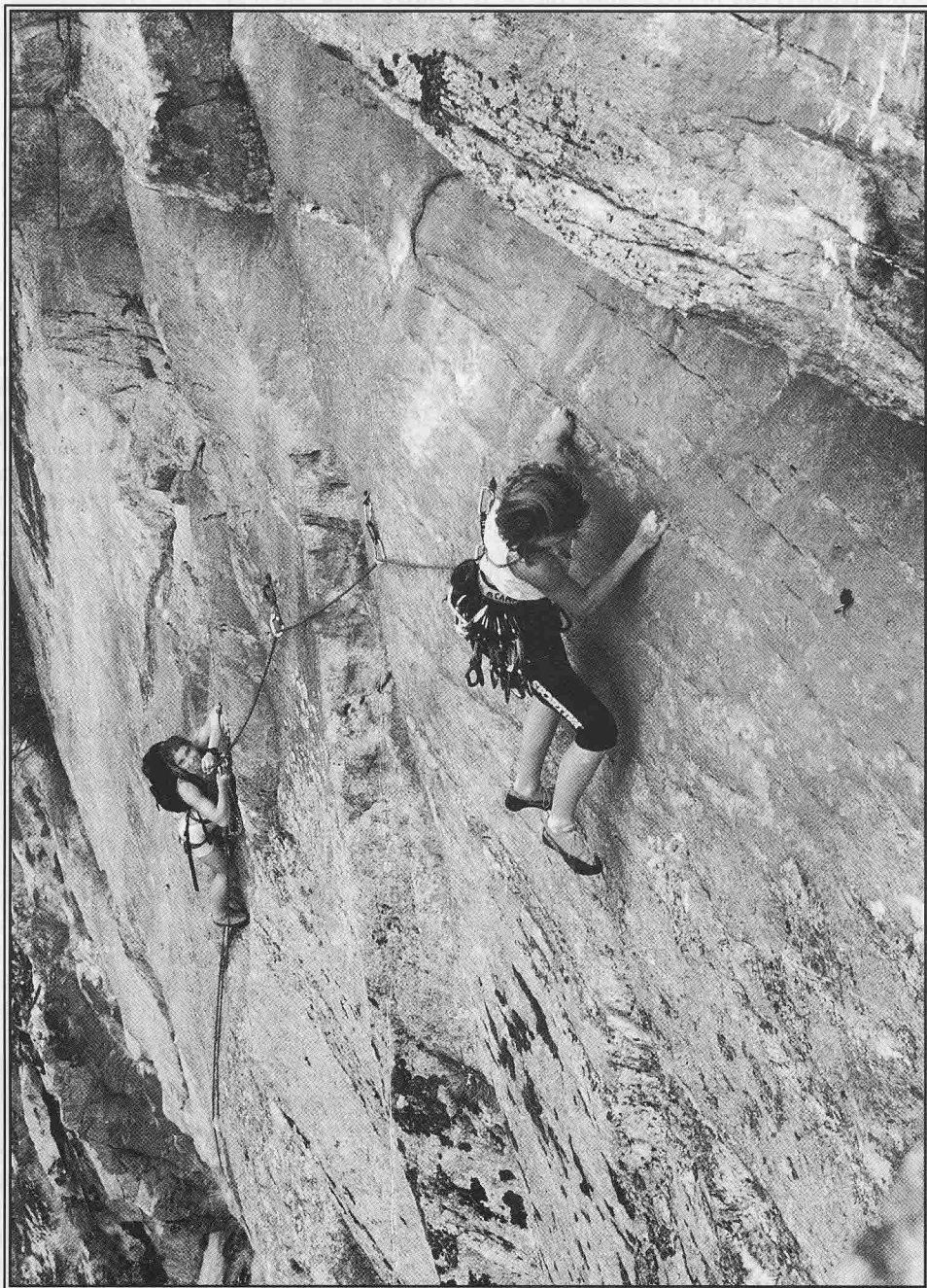
Quindi, secondo te, non si possono effettuare gare di arrampicata ad alto livello e dedicarsi contemporaneamente anche all'alpinismo ad alto livello?

Credo che le due attività possano coesistere soltanto se gli obiettivi che uno si dà si fermano entro certi limiti, ma trattandosi di due discipline che necessitano preparazioni atletiche completamente diverse,

se si vuole ottenere il meglio bisogna sceglierne una soltanto.

Ma allora per te l'arrampicata è fatta di sole gare?

Le gare sono solo una piccola parte di questo sport. Esse rappresentano il test per misurare le proprie capacità ed è l'unico modo per rendere partecipe la gente dell'esistenza di questo mondo visto che



Stella Marchisio in arrampicata.

le televisioni ci snobbano. Per me è anche molto importante l'arrampicata in falesia dove ci sei "tu" con il tuo compagno e basta. Non c'è pubblico, non c'è chi ti incoraggia ad andare avanti, ma c'è la passione, quella vera che mi tiene legata a questo sport e c'è il rapporto che mi lega con il compagno che mi assicura in modo sincero. Un po' come per l'alpinismo. Ci si affida cioè la vita a vicenda e c'è fiducia reciproca! Penso che questo sia molto bello. Quasi in nessun altro sport c'è questo tipo di legame!

Fino a che grado riesci a scalare?

8ª (decimo grado) in lavorato – cioè provando e riprovando un itinerario; 7b a vista.

Riesci a vivere grazie ai successi ottenuti con le gare?

No, lavoro part-time come progettista su computer CAD alla Tesco, a Torino. Grazie a questo particolare inquadramento posso svolgere un lavoro sicuro e proseguire con le gare ed i necessari allenamenti che esse richiedono. L'arrampicata sportiva, almeno in Italia, non è ancora uno sport in grado di mantenere i propri atleti. La partecipazione al circuito nazionale avviene a spese nostre, mentre è previsto il rimborso delle spese di viaggio per i primi tre italiani che partecipano al circuito internazionale.

E gli sponsor?

Gli sponsor, essendo attinenti al mondo dell'arrampicata, sono anch'essi poverelli e quindi essenzialmente si limitano ad offrire materiale. Esistono "premi gara" e "premi foto" che non arrivano comunque a coprire tutte le spese alle quali uno va incontro partecipando a tutte le gare.

Almeno ne avrai approfittato per girare il mondo?

Guarda, la prima volta che mi si è presentata l'occasione ho subito un incidente al piede di cui sto risentendo ancor oggi!

Chi sono i tuoi miti, i tuoi idoli?

Una volta credevo nei miti, ora non più. Adesso mi sono accorta che per arrivare in

alto bisogna solo guardare davanti a sé e non fermarsi a vivere i successi di un altro.

Hai mai letto libri di montagna?

Mi piace molto leggere e non di un solo genere in particolare. Credo che se un libro è ben scritto vale comunque la pena di leggerlo e se poi ti lancia dei messaggi, meglio ancora... allora quel libro non lo dimentichi più.

Per quanto riguarda i libri di montagna, non ho letto molto. Tra quelli che più mi son piaciuti, perché mi hanno lasciato dentro l'anima di chi li ha scritti – ed è quello che mi aspetto da un libro di montagna – e che quindi desidero ricordare più volentieri, sono: "Tra le rocce nascono i fiori" e "La Guglia d'argento" di Spiro Dalla Porta Xydias, "La Terra degli invisibili" di Franco Perlotto e "L'ombra medianica" di mio padre.

Purtroppo il tempo è tiranno e le letture in cui mi vorrei tuffare sono molte. Gli unici momenti in cui riesco a dedicarmi serenamente alla lettura sono durante i frequenti viaggi in treno.

Dove aspiri ad arrivare? Dove pensi di essere fra tre anni? Tra dieci?

In futuro nessuno può dire dov'è che si arriverà. Io credo che tutti siamo venuti al mondo per portare a termine la nostra missione. La cosa difficile è identificare quale potrebbe essere la nostra. La mia vita è stata tutta un insieme di coincidenze che poco alla volta mi hanno condotto sempre di più verso l'arrampicata. E secondo me non è un caso...

Riguardo ai miei obiettivi, la cosa mi sembra piuttosto ovvia: come qualsiasi altra atleta desidero il meglio. Vorrei salire sul gradino più alto del podio della classifica mondiale. Se mai ci riuscirò vorrà dire che quel giorno avrò raggiunto "la catena della mia via". Altro non mi importerebbe; credo che allora cesserei con l'agonismo!

Mi piacerebbe invece lasciare qualcosa di me, il mio ricordo, nel mondo dell'arrampicata e i risultati ottenuti sarebbero solo il primo passo...