



# «Sono più in forma adesso che prima di Pechino»

Rossano Galtarossa sulla strada di Londra, quella che sarà la sua sesta Olimpiade  
«Forse ha contribuito aver eliminato la pasta, adesso faccio la dieta a zona»

► PADOVA

Quarant'anni e non sentirli. Rossano Galtarossa lo racconta con orgoglio: «Può sembrare incredibile, ma i parametri fisiologici sono addirittura migliori rispetto al 2008, quando mi stavo preparando ad andare a Pechino. A dirlo sono i risultati dei test effettuati al remoergometro, ed è un fenomeno abbastanza atipico, perché quando si hanno vent'anni è facile migliorare, ma alla mia età è già un successo se riesci a non peggiorare».

A Padova per un paio di giorni, prima di ripartire per il raduno di Varese, dove resterà sino a Pasqua, l'uomo che si appresta a disputare la sua sesta Olimpiade ne ha approfittato per passare alla «sua» Canottieri e fare il punto della situazione.

Assieme a lui uno scricciolo biondo, la piccola Adele, sua figlia, che lo ascolta parlare. Il gigante e la bambina.

«Nel fine settimana ho gareggiato a Piediluco, nel primo meeting nazionale della stagione. La federazione mi ha chiesto di cimentarmi nel singolo, dove ho chiuso al quarto posto, a quattro decimi di secondo dal podio, e poi nel quattro di coppia, ma con una formazione diversa da quella con cui mi sto allenando per i Giochi: ero assieme a tre ragazzi dell'Aniene e siamo arrivati terzi, con le prime tre barche nello spazio di sessanta centesimi. Nella prima gara ho faticato molto a prendere confi-



Rossano Galtarossa prepara la sua sesta olimpiade

denza con uno scafo che non provavo da tempo, ma non nascondo che mi secca l'idea di essere rimasto giù dal podio, anche se, tutto sommato, il test è stato positivo».

Il campione si vede da questi particolari: non ci sta a perdere, mai. Anche perché la condizione è buona.

«Credo che sul mio stato influisca pure la dieta a zona, che ho iniziato a seguire da ottobre. E' un regime alimentare che prevede che il fabbisogno

di carboidrati arrivi da frutta e verdura. Per me, che ero abituato a mangiarmi piatti enormi di pasta assieme al pane, è stato un bel cambiamento, ma i benefici si vedono. Per certi aspetti faccio una vita molto monotona, in questo periodo, ma non lo vivo come un sacrificio, perché non voglio lasciare nulla di intentato prima di Londra: al momento siamo in otto a giocare quattro posti e io non mi sento avvantaggiato rispetto agli altri, anche se fa

sorridere pensare che ad allenarsi in barca con me c'è un ragazzo, Mario Paonessa, che è nato nel '91, mentre io già nel '92 ero a Barcellona».

Al suo fianco, sorride pure Giampiero Battaglia, presidente della Canottieri che, proprio ieri, ha aperto la nuova campagna di tesseramento «con tariffe molto agevolate, introdotte per recuperare quel 10% di soci che abbiamo perso a causa dell'alluvione».

**Diego Zilio**