



Il sapore dei metalli più nobili la giovane campionessa triestina, a sinistra nella foto, l'ha assaggiato più volte nella sua ancor fresca carriera

# IO, BEATRICE, RAPITA DAL CANOTTAGGIO

La Millo, diciottenne punta di diamante del Saturnia, è in preparazione ai campionati mondiali del prossimo mese a Rotterdam, nel suo ultimo anno tra gli junior

**T**rieste, città di vento e di mare, patria di sport che si praticano in acqua e fucina di talenti passati e presenti. **Beatrice Millo**, come gran parte dei triestini, si è affacciata agli sport d'acqua praticando nuoto e vela per poi venire rapita dal canottaggio, disciplina tanto entusiasmante quanto faticosa. «Il nuoto e la vela sono come

un'estensione corporea della vita sportiva dei triestini - racconta la giovanissima atleta classe 1998 -. Anch'io li ho praticati per un breve periodo prima di appassionarmi al canottaggio. Ho iniziato a vogare nel 2008 nella società Nazario Sauro, dove Leonardo, mio fratello, aveva iniziato a praticare questo fantastico sport fanno precedente, e spesso andavo in società per vederlo in



La convocazione in nazionale mi ha conferito molta autostima, è un'esperienza stimolante



## GIOVANE MEDAGLIATA

Beatrice Millo, premiata di recente anche dall'Ussi (Unione stampa sportiva italiana) del Friuli Venezia Giulia, è nata a Trieste nel 1998 e ha iniziato a vogare alla "Nazario Sauro", per poi passare lo scorso anno al Saturnia. Più volte sul podio a livello giovanile, a fine agosto sarà impegnata ai campionati mondiali di Rotterdam, in Olanda, nel suo ultimo anno da junior.

## ALLENAMENTI

Beatrice, a destra, in uno dei due allenamenti giornalieri previsti dalla sua preparazione

azione. Quando il tecnico Steffè mi ha proposto di provare, ricordando quanto Leonardo si divertisse in mare, ho pensato "perché non buttarci?". Il mio recente passato sportivo mi ha dato la spinta in più che cercavo, aggiunge Beatrice: "Venivo da un periodo di ginnastica artistica ma, avendo avuto una crescita fisica molto veloce, mi era stato imposto un fermo dell'attività di tre mesi. Da quando ho iniziato a uscire in mare, grazie agli insegnamenti di Franco Steffè prima e Mario Ciriello poi, il canottaggio è diventata una componente importantissima della mia vita». Uno sport impegnativo che necessita di grande preparazione atletica. «Già, ci alleniamo in media dieci volte alla settimana e il numero aumenta quando le gare si avvicinano. Le mie giornate vengono scandite da orari molto rigidi: allenamento (di solito sono in acqua già alle 5.30), scuola, studio e chiusura della giornata come l'ho iniziata, ossia con un altro allenamento». Praticare il canottaggio a Trieste non è facile, soprattutto a causa della bora, evidenzia l'atleta: "Quando il vento forte non ci permette di uscire in mare utilizziamo un remoergometro (simulatore di vogà) oppure ci alleniamo in palestra, componente fondamentale della nostra preparazione atletica. Devo ammettere che a fine giornata sono molto stanca ma le mie fatiche sono ampiamente ripagate dalle tante soddisfazioni sportive che ho ottenuto negli anni, anche grazie al supporto della mia famiglia". **TAPPE** "Prima tra tutte l'esperienza nella Canottieri Limite insieme a Sarah Caverni, con cui ho condiviso la gioia della Nazionale. Nel 2015 sono passata al Circolo Canottieri Saturnia e, sotto la guida





#### MOMENTO IN ACQUA

Beatrice in gara nell'otto ai recenti Europei e, sotto, in una prova di coppia



di Spartaco Barbo, ho proseguito il mio periodo di crescita sportiva arrivando a vincere, in doppio insieme alla mia migliore amica Federica Molinaro, due titoli italiani e, a giugno di quest'anno, il campionato italiano U23, nonostante appartenga alla categoria inferiore». E poi l'esperienza in Nazionale. «È per me un aspetto molto stimolante, un'esperienza che mi sta dando molte soddisfazioni e che mi ha permesso di ottenere maggiore consapevolezza nelle mie capacità: nel 2014 ho gareggiato nel "quattro senza" junior vincendo la medaglia d'oro all'europeo di Hazewinkel e la medaglia di bronzo ai mondiali di Amburgo, dietro a Cina e Stati Uniti. L'anno scorso invece ho cambiato specialità, gareggiando nella specialità dell'otto, e vincendo

la medaglia d'argento sia agli Europei di Racice in Repubblica Ceca, che ai mondiali di Rio de Janeiro». **FUTURO PROSSIMO** "Il 10 luglio ho partecipato agli Europei di Trakai nella specialità dell'otto, mentre a fine agosto sarò impegnata a Rotterdam nei campionati mondiali. Sono una ragazza determinata, ambiziosa e molto positiva e per il mio ultimo anno junior ho grandi aspettative. Sinceramente non so ancora cosa farò da grande: per il momento punto a conseguire la maturità, il prossimo anno (frequento il liceo linguistico Petrarca), e poi mi piacerebbe rimanere nell'ambiente sportivo. Chi lo sa, e magari continuare gli studi all'estero potrebbe essere allettante".

Valeria Degano

#### OCCLUSIVO

## DE MARCHI OLIMPIONICO, TREMILASPORT FA IL TIFO

Il "rosso di Buja", amico del nostro giornale, nel quintetto azzurro a Rio de Janeiro



Un altro "amico prezioso" di Tremilasport, Alessandro De Marchi (nella foto sotto durante una recente visita in redazione insieme al direttore Edi Fabris), volerà ad agosto in Brasile per partecipare alla prova olimpica su strada. A convincere il ct azzurro Davide Cassani la grande combattività del corridore friulano, evidenziata una volta di più in recenti prove internazionali. Non ci sperava più, Alessandro, dopo l'esclusione dal Tour, invece il suo sogno si è realizzato e gareggerà insieme a Nibali, Aru, Rosa e

Caruso in quella che è la manifestazione per eccellenza di ogni atleta. Un 2016 speciale, per De Marchi, che il 17 settembre porterà all'altare Anna nella sua Buja. Sulle strade brasiliane gareggerà anche un'altra amica speciale del nostro giornale, Elena Cecchini, della quale abbiamo celebrato nel numero scorso il terzo titolo italiano consecutivo.

