

Memoria paralimpica

Nascita e sviluppo dello sport per disabili in Italia

ALVISE DE VIDÌ - San Biagio di Callata (Treviso), classe 1966

Sei Paralimpiadi e 14 medaglie, è uno degli atleti italiani più rappresentativi. Disabile in seguito a un tuffo sbagliato all'età di 17 anni, ha praticato prima il nuoto e poi l'atletica leggera, cimentandosi su distanze diverse, dai 100 metri a 42 chilometri e 195 metri della maratona, specialità che gli ha dato le più grandi soddisfazioni nella sua lunga carriera sportiva

Sono Alvise De Vidi, ho quasi 50 anni. Sono nato a fine aprile. Sono un atleta paralimpico, ho iniziato la mia carriera nel 1986, per ora ho fatto sei Paralimpiadi e in queste sei Paralimpiadi ho ottenuto qualche buon risultato. Spero di continuare ancora per qualche mese, anche se adesso ho qualche problemino. Vivo a Olmi di San Biagio, un paesino in periferia di Treviso, vivo con la mia famiglia, con mia madre, e aiuto i miei fratelli che hanno un'attività commerciale, perciò li aiuto nella parte – diciamo – amministrativa, quella burocratica delle carte.

Come comincia la storia. La mia storia comincia in un centro di riabilitazione, ho conosciuto per caso un ragazzo che faceva tennistavolo, era un nazionale di tennistavolo. Lui faceva il figo, girava sempre con le magliette [con] scritto Italia. Mi ha detto: «sei giovane, perché non fai attività sportiva?». Io conoscevo poco del mondo sportivo, parlo dei primi anni Ottanta, e quando sono tornato a casa da questo centro di riabilitazione, mi sono informato, ho conosciuto Ruggero Billai, che all'epoca era il presidente della Spea, una società sportiva del padovano, ed era anche un costruttore di carrozzine sportive, faceva i primi prototipi per carrozzine da basket, da atletica... Era un pioniere in questo campo. L'ho conosciuto, mi sono iscritto con loro e dopo un mese ero in piscina. Ho iniziato col nuoto, perché appunto nei centri di riabilitazione andare in piscina è una fase riabilitativa importante. E così ho iniziato i primi allenamenti e, l'anno dopo, le prime gare qui, locali, a Montebelluna se non ricordo male. E dopo qualche mese ho scoperto l'atletica leggera, perché, dove mi allenavo, a Cittadella, la piscina era adiacente al campo di atletica e io vedevo questi ragazzi arrivare con queste carrozzine un po' strane sul tetto della macchina e mi sono incuriosito. Una sera dopo l'allenamento sono andato a bordo pista, li ho conosciuti, ho parlato con l'allenatrice, che poi è diventata la mia allenatrice per tantissimi anni, la Lucia.

La scoperta dell'atletica. Così mi ricordo questi ragazzi che correvano in pista. Ho chiesto a loro: «ma com'è fare questa attività?» Mi hanno stimolato, mi ricordo uno mi ha detto: «facciamo tre chilometri di riscaldamento, poi iniziamo l'allenamento». Questo mi aveva stupito, tre chilometri per me era scalare veramente l'Everest. Dopo poco ho iniziato, mi hanno prestato una carrozzina usata, vecchia, non adatta alle mie caratteristiche, e ho scoperto che mi piaceva molto, perché nella piscina c'è un ambiente chiuso, dove non parli, dove hai come compagno quella benedetta linea nera, che ti fa compagnia per tanto tempo. [Qui invece] eri all'aria aperta, eri con il cielo azzurro, eri con i compagni, ridevi, scherzavi. Facevi anche molta fatica, non lo nego, però era un ambiente diverso, socializzavi, stavi in compagnia.

Le prime gare. Così ho iniziato anche con l'atletica, era nella primavera '87. Ho iniziato le prime garette, sempre qui a livello regionale, e da lì in poi i primi campionati italiani: a Como, quelli di nuoto, e a Macerata, se non ricordo male, quelli di atletica. Gli allenatori della Nazionale mi hanno visto, mi hanno notato, ero molto giovane, avevo 21 anni, se non ricordo male, se non faccio male i conti, e dopo poco mi hanno convocato a dei raduni della Nazionale, come giovane promessa, diciamo, si dice così adesso, e dopo poco mi hanno convocato ai primi mondiali di Stoke Mandeville, che all'epoca erano un evento fisso per tutte le Nazionali. C'era un evento, un po' come i campionati del mondo adesso, anche se adesso il mondo paralimpico si è trasformato molto. E da lì è nata la mia carriera insomma, che poi ho continuato per tanti anni e speriamo che continui ancora un po'.

L'incidente. Io ho fatto un banale tuffo, un giorno d'estate, andando a divertirmi con i miei amici. Una giornata come tantissime altre, quando si è ragazzi chi non è andato al mare o al fiume o al lago a divertirsi e fare il bagno nel periodo estivo? Un tuffo sbagliato, ho trovato un fondale basso, non lo sapevo, non conoscevo il posto. L'impatto ovviamente è stato molto violento, inaspettato, e questo mi ha causato la frattura delle vertebre del collo con paralisi immediata. Da lì tutta la trafila: ambulanza, pronto soccorso, elicottero. Sono stato forse uno dei primi a prendere un elicottero per essere trasportato per l'urgenza, un elicottero militare, non il 118 di adesso. L'operazione, la fase acuta, eccetera eccetera. Sono stato fortunato

Memoria paralimpica

Nascita e sviluppo dello sport per disabili in Italia

ALVISE DE VIDÌ - San Biagio di Callata (Treviso), classe 1966

perché sono andato in un ottimo centro di riabilitazione, che è il Gervasutta di Udine, un centro all'avanguardia, lo è ancora, e questo mi ha permesso di riportare la mia autonomia a un livello sufficiente per darmi una qualità di vita. Perché la mia lesione è molto alta, perciò molto grave, e all'epoca mi prospettavano una vita immobile: «tu starai in salotto, guarderai la televisione, userai la carrozzina elettrica». Non mi davano prospettive rosee. E forse un po' l'incoscienza dell'età, un po' la voglia di vivere, un po' il desiderio, comunque, di avere una vita per il suo nome, cioè allegra, vissuta, dignitosa...

Lo sport, prima e dopo. Io praticavo il ciclismo agonistico, prima del mio incidente. Non ero un gran campione, non sarei diventato nessuno, assolutamente. Però è stata una palestra, una scuola di vita, cioè l'allenamento, l'impegno, stare con i compagni, il sacrificio, la fatica, che mi ha aiutato molto dopo il mio incidente. Perciò lo sport per me era una fase della mia giornata, di tutti i miei giorni, da quand'ero ragazzino. Ho iniziato a correre quando avevo cinque-sei anni: questo biciclettone enorme che pesava il doppio di me. E perciò fare sport per me era una cosa che desideravo e poi questo incontro, come dicevo prima fortuito, un altro centro di riabilitazione. Si chiama Luciano questo personaggio, è veramente un personaggio pittoresco, mi ha veramente cambiato la vita. Ho conosciuto delle cose che non conoscevo, lo sport paralimpico. L'incidente è stato ovviamente un evento tragico che mi ha cambiato, però è stato anche una prova di forza per me e per la mia vita.

L'energia della maratona. Tu la maratona la corri con migliaia di persone, mentre le gare in pista, comunque anche se hai degli avversari, sono pochi. Ma tutta quella parte di carriera che ho fatto dalle prime gare su strada, quando si iniziava a essere inclusi nel mondo dell'atletica dei normodotati, chiamiamola così, [per] arrivare alle maratone quando corri anche con 50-60mila persone – ho fatto maratone anche con numeri di questo genere: Berlino, New York, Honolulu eccetera eccetera – vivi un'esperienza che stai vivendo con altre migliaia di persone e questo è straordinario, no? Sei lì, tutti assieme, per fare la stessa cosa, per divertirti, per dare il tuo massimo, arrivare ai tuoi limiti, gioire, soffrire, sudare, pensare. È straordinario questo, pochi sport... il ciclismo è un altro sport molto simile – no? – all'atletica, sotto questi aspetti. Questo è un'energia molto forte, che ti fa superare tanta fatica, dolori, sofferenze.

42 chilometri e 195 metri: una sfida folle. Sì, ho iniziato con velocità perché ovviamente il mio fisico non era allenato, non era addestrato per affrontare distanze molto lunghe ed è un po' normale, insomma. Ripeto, ho una lesione severa, ho pochi muscoli che funzionano, perciò affrontare distanze lunghe è impegnativo dal punto di vista muscolare. Un po' alla volta, un po' alla volta ho aumentato le mie capacità, la mia resistenza e anche la mia autostima, perché all'inizio pensavo fossero un po' toccati al cervello quelli che facevano la maratona, soprattutto quelli della mia categoria. Dicevo: «sono bacati in testa ed è una considerazione seria che sto facendo». E poi un giorno ho visto la maratona di Roma e un mio compagno e amico, avversario, che la faceva. E lì mi è scattato qualcosa: «se la fa Paolo, la faccio anch'io». E l'anno dopo ho iniziato ad allenarmi e ho affrontato la prima volta i 42 chilometri e 195 metri, questa è la distanza esatta della maratona. E per me era scalare veramente l'Everest, cioè una montagna. Ho avuto la fortuna che la maratona era su 13 giri, perciò ho detto: «vabbè, se al limite se non ce la faccio mi fermo». E invece ho resistito fino alla fine ed è stata una gioia immensa, cioè aver vinto questa sfida che per me era folle. E da lì mi sono innamorato di questa distanza, perché poi correre la maratona è una vita: cioè dentro a due ore e mezza, tre ore di gara, senti tutto, pensi tutto, ti aspetti di tutto, calcoli tutto. Non c'è solo una forza muscolare che devi avere, devi avere anche una grande stabilità e forza mentale e poi questa distanza è sempre ogni volta una sfida. Ogni volta un'emozione diversa, percorsi diversi, città diverse. Quando passi sotto la porta di Brandeburgo a Berlino o vedi l'alba a Honolulu o i fuochi d'artificio a Las Vegas, cioè sono emozioni che percepisci, sono straordinarie, ti rimangono dentro, te le porti dentro, nonostante poi il risultato cronometrico che ottieni. Sono esperienze di vita che ti arricchiscono ed è stato straordinario per me viverle. Sono immense. Sono il mio baule dei ricordi, le terrò credo per un bel pezzo.

Vincere: una questione di testa. Devi avere una forza mentale, che parte già da quando inizi ad allenarti, no? Devi avere la voglia di soffrire, di migliorarti, di tenere duro, perché non è mica semplice allenarsi con il freddo, con la pioggia, con il caldo, con i dolori. E questo te lo fa fare la testa, non te lo fa fare il corpo, i muscoli. E anche quando affronti una gara, la maratona ovviamente è una forza mentale che deve durare, è

Memoria paralimpica

Nascita e sviluppo dello sport per disabili in Italia

ALVISE DE VIDDI - San Biagio di Callata (Treviso), classe 1966

una capacità di gestire il proprio corpo, le proprie energie, le proprie difficoltà. Altro aspetto sono le gare in pista, dove magari adesso faccio le distanze brevi perché l'IPC ha messo questo nella nostra categoria, ha messo questo come eventi. La capacità di controllare l'ansia, di essere determinato, di essere sereno ma pronto, cioè son tutte cose che non sono muscolari. Cioè la capacità di essere pronto al momento giusto, la capacità di avere strategie quando fai distanze medie – tipo gli 800, i 1.500 – di saper sfruttare i momenti, cogliere gli attimi. Insomma, nella mia carriera ne ho vissute tante e ho capito che spesso ho vinto anche con la testa, a volte soprattutto con la testa. C'è una gara a Sidney, dove ho sfruttato le capacità logiche, strategiche, fino all'ultimo metro – i 1.500 metri che poi ho vinto – sfruttando le debolezze del mio avversario, che era molto più forte, aveva tempi nettamente migliori dei miei. Forse lui in quel momento non aveva avuto la capacità di gestire la sua forza e io [avevo avuto la capacità] di sfruttare le sue debolezze: è un mixer, un'alchimia che devi avere. Non è detto che tu sei tanto forte e vinci, devi avere anche la capacità di gestire queste forze, queste energie.

Atene 2004. Poi ho avuto una grande soddisfazione a Londra, nei 100 metri, per diversi motivi: però diciamo che le maratone di Atene e di Sidney sono due risultati, insomma, che posso dire che sono straordinari per come sono arrivati, per la mia storia sportiva, per i luoghi in cui ho vinto, soprattutto ad Atene. Atene, chi conosce la storia dello sport, vuol dire la battaglia, Filippide, questa leggenda di questo soldato che muore per avvisare la città di Atene che è stata vinta la battaglia, poi questa mitologia che nasce lo sport in Grecia, De Coubertin, Panatenaico, Baldini che vince. Cioè c'è tutta una serie di aspetti che ha reso quella gara unica, indelebile, un apice. Poi arrivare in quello stadio, con i muscoli sfiniti, un percorso molto duro, difficile, impegnativo, col caldo. E arrivare lì in quello stadio, con questa pista nera, questa luce data dal sole che si rifletteva nel marmo bianco di questo stadio, è stata veramente una cosa che uno se poi ci ripensa, dice: «è impossibile che sia io di averla vissuta». E invece sono riuscito a fare quei 42 chilometri 195 metri con avversari molto difficili, una gara tenuta fino alla fine con la paura di perdere. E quella gara, sì, è stata una cosa incredibile per me.

Londra 2012. Poi i 100 metri di Londra che hanno tutta un'altra storia, un po' particolare, insomma. Avevo una grande sete di rivincita, una voglia di riscatto per aver perso Pechino. Una distanza che io non amavo, non correvo mai, trovavo poco sensata, cioè ci impieghi più a partire che a arrivare. Non è bella, secondo me, come gare più lunghe dove devi metterci oltre che la forza la strategia. Però quella era la gara e quella ho dovuto accettare come sfida. Ho dovuto cambiare non solo, ovviamente, il mio tipo di allenamento, il mio tipo di preparazione, di forza e tutto quanto, ma anche l'aspetto caratteriale. La maratona tu l'affronti pensando come gestire le tue forze, come distribuirle al meglio. Sai che devi soffrire tanto per due ore e mezza, tre ore, dipende un po' dal percorso. Nei 100 metri devi essere una bestia feroce, cioè quando sparano hai 20 secondi, 21 per la mia categoria, in cui devi dare tutto quello che hai fatto in quegli anni che ti sei preparato per arrivare lì. Non hai modo di pensare, non hai modo di sbagliare, non hai modo di fare strategie. Perciò io che ero abituato a stare in carrozzina per ore e dire: «ok ho ancora energia, qui ci provo, qui allungo, qui rallento, qui riposo, qui sto a ruota e sfrutto», dovevo fare tutto in 22 secondi. E non è stato semplice perciò quando sono arrivato, e ho visto che ero arrivato secondo, ho detto: «cavolo ho vinto la mia sfida personale». Non era tanto una sfida contro i miei avversari, ma era una sfida di dire: «nessuno ci credeva, io ho fatto vedere che potevo fare, per me stesso prima, qualcosa di buono».

Sidney 2000. Sidney è stata l'edizione dove forse ho ottenuto il massimo, anche come numero di medaglie, avevamo tante gare, era ovviamente una fase ottima della mia carriera per l'età, per la forma, per l'aspetto anche di sicurezza delle mie capacità. Poi lì avevo degli avversari molto forti, uno in particolare, che era quello che citavo prima, che era non solo australiano, lui era di Sidney, perciò quando si gareggiava aveva 40-50-60mila persone che tifavano per lui. E c'era 'sta bolgia incredibile, mi ricordo, sia gli 800 metri che i 1.500 metri, che poi è la gara dove l'ho superato al fotofinish: c'è questo arrivo che viene ripreso spesso nelle immagini. Lui era fortissimo, aveva il record del mondo, molti secondi meglio di me, però ha fatto una strategia scellerata, è partito in testa, sempre tirato, una furia, e mi aveva anche staccato e l'ho ripreso a 120 metri dall'arrivo: lui si è allargato verso destra, a fine curva. Io ho aspettato quel secondo in più perché di solito ovviamente la dinamica delle gare è che tu lo sorpassi a destra. Lui si è allargato, ho aspettato due o tre secondi, perché vedevo che continuava ad allargarsi, e l'ho passato all'interno e, passandolo all'interno,

Memoria paralimpica

Nascita e sviluppo dello sport per disabili in Italia

ALVISE DE VIDÌ - San Biagio di Callata (Treviso), classe 1966

ho risparmiato un metro, un metro e mezzo di percorso, e l'ho battuto per quattro centesimi. Perciò lì è stata testa: testa, volontà, pazienza, furbizia. Ed è stata una gara che anche quella ricordo con molto piacere, perché insomma lì c'era tutto: la forza, la resistenza, la furbizia, la strategia, la determinazione, perché mi aveva staccato, ho detto: «no tengo duro». Lì potevo accontentarmi del secondo posto che ormai era sicuro e invece ho tenuto duro e l'ho ripreso a 110-120 metri, proprio quasi alla fine della curva. Ho respirato un secondo, due. Poi è andata bene.

Come cambia lo sport paralimpico. È cambiato tanto. È iniziato a Seul, che viene considerata un po' come uno spartiacque rispetto alle Paralimpiadi di prima, le prime Paralimpiadi unificate, la stessa città, più o meno la stessa organizzazione, stessi impianti, perciò – te lo diranno in tanti – Seul è vista come la prima Paralimpiade moderna, chiamiamola così. Però era ancora una Paralimpiade fatta da tanti atleti che lo facevano, non dico in maniera approssimativa, ma certo non in maniera professionale, professionistica come adesso no? Ci si allenava, si avevano ancora mezzi molto in evoluzione, parlo dell'atletica leggera: c'erano carrozzine che adesso se le guardiamo sono come le biciclette di Fausto Coppi rispetto a quelle che usano adesso. Era quella fase di passaggio tra lo sport-terapia e lo sport professionale, che c'è adesso, e sempre di più c'è stata un'evoluzione dei mezzi, della preparazione, delle tecniche, per arrivare adesso ad atleti che sono professionisti, sono sponsorizzati, sono testimonial di grandi aziende, girano il mondo tutti i mesi a fare gare, in qualunque angolo nei cinque continenti del mondo, perciò è cambiato molto. Per noi era già qualcosa andare in Nazionale una volta all'anno a fare Stoke Mandeville: Stoke Mandeville era un appuntamento fisso e ti fermavi lì. Poi aspettavi le Olimpiadi ogni quattro anni, adesso hai la coppa del mondo tutti i mesi: scherma, arco, nuoto, gare internazionali, nell'atletica c'è Gran Prix, hai cinque-sei tappe in giro per il mondo. È cambiato tanto, ti devi gestire sotto tanti aspetti che prima erano poco considerati, se non per niente.

Come cambiano i media. L'aspetto, anche dal punto di vista mediatico come dicevo prima, è cambiato tantissimo. Atleti che sono personaggi, perciò interviste, premi, spot pubblicitari, cioè negli anni Ottanta questo era utopia. Già andare sul giornale era qualcosa. Io mi ricordo quando sono tornato da Seul c'era un articolo sulla cronaca dei giornali qui locali, non su quella sportiva, ma sulla cronaca locale, no? Adesso non ti mettono sulla cronaca locale, ti mettono sulle pagine sportive come è giusto che sia.

Come cambia la società. Io parto come storia sportiva a metà anni Ottanta. Ovviamente la società civile era molto diversa, cioè non c'era un'accettazione della diversità, della disabilità come c'è ora. Andare al cinema, andare al ristorante, andare a fare la spesa non era così comune per un ragazzo in carrozzina. C'era difficoltà per le barriere architettoniche ma c'era anche un grande impatto emotivo. Le persone ti guardavano, ti giudicavano in maniera negativa perché era quella la mentalità, era quello il giudizio in quel periodo e perciò fare sport era un'opportunità grande, era un portone che si apriva alla vita. Uno che voleva andare in giro, conoscere, divertirsi, viaggiare, fare esperienze, sceglieva lo sport come una strada che poteva percorrere. Mentre in altri campi era ovviamente molto più difficile, era difficile avere un percorso scolastico, era difficile un percorso lavorativo, per non parlare di una vita sociale normale, allegra, divertente come è giusto che ognuno abbia la possibilità di vivere. Ecco lo sport era una scelta importante che uno poteva fare per divertirsi, per andare in giro, ed è stata la mia motivazione. Ho iniziato che ero molto giovane, per poter vivere le mie giornate com'è giusto che sia per un diciottenne. Adesso è cambiata – grazie a Dio – la società. Uno può studiare, viaggiare, divertirsi ed è anche una delle cause per cui, magari, c'è meno vocazione sportiva. Adesso facciamo non dico fatica, ma magari tanti giovani scelgono di lavorare, di andare in giro, di divertirsi, di viaggiare, di andare in discoteca, di andare in vacanza. Non vedono lo sport come una delle pochissime scelte, hanno tante altre scelte e scelgono altre strade.

Trenta anni di bella vita. Con una disabilità ovviamente avere un corpo addestrato, un corpo ben allenato, ti facilita di molto la vita. Con la mia lesione, se non avessi fatto sport, sarei molto meno indipendente. Come dicevo prima, quando ero in fase di riabilitazione mi prospettavano una vita in salotto con la carrozzina elettrica e io ho girato il mondo. Ho fatto vedere, insomma, che si può vivere dignitosamente, nonostante una lesione molto alta come la mia, in maniera bella, dignitosa, vivace, piena e questo credo sia il risultato più importante che ho ottenuto. Le medaglie, sì, sono tante, sono lì in un cassetto, sono bei ricordi però quello

Memoria paralimpica

Nascita e sviluppo dello sport per disabili in Italia

ALVISE DE VIDÌ - San Biagio di Callata (Treviso), classe 1966

che ricordo è che ho fatto quasi 30 anni di bella vita. Lo sport è bella vita, cioè te lo dirà qualunque sportivo: finché puoi, tieni duro, ti diverti. Ma anche un professionista, un pilota di Formula 1, un grande calciatore alla fine si diverte a fare quello che fa. Magari è strapagato, ma lo fa perché si diverte, perché gli piace. Io non sono strapagato, ma lo faccio lo stesso perché mi diverto, perché mi piace, anche se adesso ho male alle spalle, ho problemi... Ho un po' di usura, la mia macchina è un bell'usato con tanti chilometri, però mi diverto ancora ad andare ad allenarmi, andare alle gare, a viaggiare, affrontare queste emozioni che ti danno le gare, prima, dopo, nonostante i risultati, no? Poi c'è la delusione quando perdi o la soddisfazione quando ottieni qualcosa di bello, d'importante, che ritieni importante. Non è solo la medaglia: a volte è un bel tempo, è una bella sensazione, che dici: «oggi ho corso bene, ho fatto bene». E queste sono cose che lo sport ti regala e te le conquisti un po' alla volta, giorno dopo giorno, con l'allenamento, con il sacrificio e sono un po' discorsi retorici, però è vero. Non è che tu esci di casa e dici: «ok, adesso vado alle Paralimpiadi». Te lo conquisti, giorno dopo giorno, se ne hai le forze, se ne hai le capacità. Io sono riuscito un po' di volte, speriamo – lo dico piano – di continuare ancora un po'.