

**Speciale** / IL PROGETTO FIPSAS



**Quattro primati in cinque mesi**

Fabrizio Pagani, nato a Rieti il 14 luglio 1968 ma residente a Terni, è atleta e presidente dell'Asd Zerolimito ed ha migliorato 4 record mondiali di apnea dinamica: tra novembre e marzo



# Com'è profonda la vita a Lignano Due record con una sola gamba

L'apnea di Pagani a "Speciali DiversaMente" e le lezioni della Zecchini

di **Stefano Arcobelli**

**S**tregati da Alessia Zecchini. Colpiti da Fabrizio Pagani. Comune denominatore: i record in apnea. Senza limiti e senza barriere. Nella tre giorni di stage a Lignano Sabbiadoro (Udine), dal 12 al 14 marzo, due primati mondiali e tanto altro. L'evento "Speciali DiversaMente" organizzato dalla Fipsas, la federazione pesca sportiva e attività subacquee, si è sviluppato in 500 ore complessive tra sessioni di allenamento, tecniche di respirazione e sperimentazione di nuovi approcci finalizzati al miglioramento delle performance. E cosa c'era di più elettrizzante di un doppio tentativo di record mondiale di apnea dinamica?

**Doppietta**

Fabrizio Pagani non poteva chiedere di più che stabilirli davanti ad Alessia Zecchini, specialista dell'assetto costante con monopinna in apnea outdoor scesa a -113 metri, nonché ai giudici della Confederazione mondiale attività sub che li hanno ratificati: prima in apnea dinamica senza pinne (77,27 metri a rana in 2'14"4), poi con pinne (129,47 metri in 2'26"). L'atleta ternano ha portato così a 4 i record mondiali in vasca da 25 metri. Ora il suo obiettivo è anche la vasca da 50 metri. «È stata una grande



**Giù a -113 metri** Alessia Zecchini, 28 anni, romana, record in assetto costante (monopinna) nell'agosto 2019 durante il Mondiale in Honduras

soddisfazione - racconta il ternano - perché con la pandemia non ho potuto svolgere allenamenti con le giuste frequenze. Potevo arrivare a 80 metri ma siamo ai primi passi della categoria, si tratta di misure importanti che serviranno da riferimento a campioni magari più giovani di me. Siamo arrivati già ad un livello interessante, in tutta progressione, ora dobbiamo capire fin dove possiamo spingerci ma di certo non siamo ancora al massimo, ci sono dei margini». Venti anni fa perse una gamba ma non perse il coraggio e questa dop-

pietta rafforza le convinzioni di Pagani: «L'acqua è il mio elemento, riesce a darmi tranquillità e libertà. Bisogna sempre avere un approccio positivo, per superare le difficoltà anche legate alla disabilità. I limiti sono fatti per essere superati». Alessia Pagani insieme a Mara Zaghet, campionessa italiana di nuoto pinnato e bronzo europeo dei 6 km, sono state le protagoniste di "Lezioni Disabili". «In questi corsi - spiega la Zecchini - sono stati soprattutto i ragazzi disabili a darci nozioni e spunti, ad insegnarci la loro forza di volontà.

**I NUMERI**

**190**

**Tesserati Fipsas: 190.000**  
Sono 190.000 i tesserati Fipsas, un mondo che coinvolge oltre a sub e nuotatori pinnati anche i pescatori sportivi

**50**

**Nuovi istruttori e tecnici**  
A Lignano sono stati organizzati corsi per 50 istruttori che seguiranno i disabili. A Castellamare del Golfo (Tp) a maggio le lezioni di Makula

**3000**

**Società affiliate**  
La Fipsas, federazione italiana pesca sportiva e attività subacquee, vanta oltre 3000 società affiliate: è la quinta federazione per numeri

L'apnea è uno sport completo e ti insegna davvero tanto». La filosofia di Alessia è che «il limite non esiste», al massimo si può perfezionare l'obiettivo. Nel 2019 la romana è scesa di 6 metri, fino a -113. «Arrivare a 150? Non so? Direi 130 in 10 anni». Alessia ricorda l'esperienza alle Bahamas nel Vertical Blue, un buco da 200 metri: «Volevo battere il record della russa Bolshakova, ma nei primi 3 tuffi rimediai 3 cartellini rossi. Li ho capito quando bisogna fare un passo indietro. Sono tornata in acqua a capire e lavorare per automatizzare il gesto. C'era chi mi diceva di mollare: ma per raggiungere certi obiettivi bisogna imparare a correggersi. E spero di battere nel costante ancora altri record: sempre e solo con le mie forze». Nel 2019 ai Mondiali in Honduras toccò i -113, la romana sogna i Giochi 2028: «Dobbiamo unificare il circuito, ci stiamo lavorando». Si è laureata in Scienze motorie, e l'apnea continua ad essere la sua mission. A Lignano Alessia ci torna sempre volentieri perché nel 2016 diventò la prima donna a toccare il muro dei 250 metri in dinamica con monopinna. Stavolta ha raccontato le sue emozioni, ricevendo una grande lezione di sport e vita.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**TEMPO DI LETTURA 3'35"**

**3 DOMANDE A...**

**Ugo Claudio Matteoli**

PRESIDENTE DELLA FEDERAZIONE PESCA SPORTIVA E ATTIVITÀ SUB



**«Agonismo, sociale, verde e disabili: c'è tutto»**

**1 Presidente Matteoli, come si conciliano agonismo e sociale, ambientalismo e nuoto?**  
«La Fipsas è una federazione diversa e unica: è anche un'associazione di protezione ambientale, riconosciuta dal Ministero del Lavoro, e di promozione sociale. In questo contesto il Ministero ha creduto e spronato l'evento di Lignano, che è stato un successo per il risvolto sociale e perché abbiamo abbracciato il mondo dei disabili. Inoltre stiamo creando un gruppo di 50 istruttori che farà crescere il movimento paralimpico federale, mai stato tanto attivo come adesso».

**2 I punti di forza?**  
«Apnea e nuoto pinnato per disabili stanno velocemente prendendo piede, l'ambiente è in continuo movimento. E questo ci induce a impegnarci ancora di più per cercare di intercettare altri atleti. Dal sociale al ricreativo: in questo range c'è tutto».

**3 Obiettivi e risultati?**  
«La scuola didattica insegna apnea, corsi che aiutano all'uso corretto delle bombole. Occasioni per prendere un brevetto e imparare a diventare sub in modo sicuro. Per svolgere apnea bisogna far parte della Cmas, confederazione mondiale con cui lavoriamo per i Giochi di Los Angeles 2028».

FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA ATTIVITÀ SUBACQUEE E NUOTO PINNATO

**ITALIA** FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

**TESSERAMENTO 2021**

**Dal 1942 diamo FORZA alla tua PASSIONE**

**FIPSAS**

**TESSERATI CON NOI**  
potrai praticare la PESCA SPORTIVA, l'AGONISMO SUBACQUEO, il NUOTO PINNATO e le IMMERSIONI CON LE BOMBOLE

follow us

https://www.fipsas.it/tesseramento