

Grammatica: «Temo solo l'ansia»

Il giovane sanremese chiude 2 sotto il par: «Per vincere la paura uso la forza di gravità»

L'INTERVISTA

ISABELLA CALOGERO

DA SANIEMO al BMW Italian Open di golf la strada è lunga e tortuosa. Ma è proprio quella che ha seguito con tenacia e passione il ventitreenne Alessandro Grammatica, professionista dal 2010, che alla sua prima esperienza sullo European Tour, qui a Torino, sui green del Royal Park I Roveri non si è fatto soffiare dall'emozione e ha chiuso il primo giro in 70 colpi, due sotto al par del campo.

«A dire il vero - ci racconta al termine delle sue 18 buche - sul tee della uno avevo il batticuore e mi tremavano le gambe, però, fortunatamente, il panico mi è durato poco, o meglio, poco rispetto al passato: già sul secondo colpo ero molto più a mio agio, tanto è vero che sono partito segnando un birdie. Però è naturale che sentissi le farfalle nello stomaco: sogno di essere nel field dell'Open d'Italia da così tanto tempo...».

E fatto davvero così questo ragazzo di Sanremo: emotivo e ansioso, è quasi sorpreso della tanta attenzione ricevuta dalla stampa, ma in fondo al cuore è felice, anzi entusiasta, di trovarsi tra tanti campioni.

Quando hai cominciato con il golf?

«Avevo 12 anni e un amico di mio padre mi portò a provare il golf a Lione Piemonte, in montagna. È stato amore a prima vista, tanto è vero che due anni dopo ho mollato il tennis dove pure avevo già disputato dei tornei internazionali».

Ai tuoi occhi cosa aveva il golf più del tennis?



SFIDA PERSONALE

Giocavo a tennis, ma ho scelto il golf perché non c'è l'avversario, mi confronto solo con me stesso

ALESSANDRO GRAMMATICA
golfista

«Una pressione diversa. A tennis giochi contro un avversario, mentre a golf ti confronti solo con te stesso e il campo. E personalmente lo preferisco».

A golf non si gioca direttamente contro un avversario, è vero, però un'occhiata ai tuoi colleghi più titolati l'avrai pur data qui a Torino.

«Certo. E posso dire che rispetto ai giocatori di media classifica non ho grandi lacune, però loro sono molto più convinti delle proprie possibilità e dunque sono più fidu-

ciosi, più tranquilli rispetto a me. Ma sono anche certo che con la giusta dose di esperienza arriverò anche io a questo punto».

Oltre a questo, cosa ti manca per il grande salto?

«Devo migliorare su tutti i fronti: su quello tecnico lavoro con Giovanni Gaudio, che è ligure come me; su quello atletico, dove mi concentro su un mix di forza, equilibrio ed elasticità, mi affido a Vincenzo di Costanza. Ma è la parte mentale la più complicata».

Devi tenere a freno la tua emotività?

«Più che l'emotività, il mio problema è l'ansia che poi è la nemica numero uno di tutti i golfisti, ma che a me purtroppo fa disperdere una grande quantità di energia. E siccome in campo si resta cinque ore, tutto questo non funziona! Per questo mi sono affidato a Enrico Farina, il fratello di Silvia, la tennista azzurra. Con lui seguiamo la cosiddetta Tecnica Alexander: è un metodo di respirazione che permette di usare la forza di gravità e non quella muscolare per muoversi».

Suona assai complicato.

«E lo è: dietro infatti c'è un'enorme quantità di lavoro, che però funziona. Ormai l'ho finalmente automatizzato: appena in gara sento l'ansia che sale, riesco a tranquillizzarmi attraverso una corretta respirazione. Lo puoi notare anche da fuori: inizio subito a camminare in un modo completamente diverso».

La speranza dunque è che oggi, la giornata in cui è previsto il taglio, di metà gara che lascerà in campo solo i primi sessantacinque giocatori, le gambe di Grammatica non tremino come fossero su una pedana vibrante, ma viaggino leggere come quelle di una gazzella.

I RISULTATI DELLA PRIMA GIORNATA



IN TESTA LO SVEDESE SJOHOLM: -8 CHICCO MOLINARI SEGUE A 5 COLPI

LO SVEDESE Joel Sjöholm, appena 27 anni, è il sorprendente leader del Bmw Italian Open dopo la prima giornata. Ha chiuso il percorso del Royal Park I Roveri, a Fiano Torinese, con un ottimo -8. Lo segue a un colpo l'inglese Lee Slattery, poi un gruppetto di sette giocatori a -6. Il migliore degli italiani, Francesco Molinari, qui vincitore nel 2006, ha chiuso il primo giro 4 colpi sotto il par, come Alvaro Quiros e Fdez Castano. Matteo Manassero segue a -3, Edoardo Molinari, al rientro dopo un infortunio, ha chiuso a meno 2 come lo spagnolo Olazabal, capitano di Ryder Cup, il tedesco Kaymer, il campione in carica Rock, Andrea Pavan e l'amateur Giorgio De Filippi: tutti al momento supererebbero il taglio. A meno 1 il belga Colsaerts. Tra gli altri, +2 per Emanuele Canonica e +5 per il veterano Costantino Rocca.