

# Cronisti in classe 2025 il Resto del Carlino

 CAMERA DI COMMERCIO  
DELLE MARCHE

 BANCO  
MARCHIGIANO  
CREDITO COOPERATIVO ITALIANO

 Il Cuore  
ADRIATICO  
Centro Commerciale

 Confartigianato  
Imprese  
Macerata • Ascoli Piceno • Fermo

 Clementoni

 CONAD  
ADRIATICO  
Persone oltre le cose

 ASTEA  
energia

 SGR

 SHOES &  
COMPANY

 treValli  
COOPERLAI

 XANITALIA

## Una campionessa in classe La lezione di Assunta Legnante

**Istituto Sanzio di Porto Potenza.** La plurimedagliata nel peso e nel disco svela i suoi progetti  
«Vorrei entrare nella Federazione di atletica. Allenatrice? Sono cieca e non vedo l'errore»

**Abbiamo** intervistato Assunta Legnante, oro nel getto del peso ai Giochi Paralimpici di Parigi nel 2024.

**Manahil, I A. Perché ha iniziato a fare l'atleta?**

«A 13 anni giocavo a volley e ho fatto un provino per una squadra importante, ma i genitori non volevano mandarmi lontano da casa. Poi ho partecipato ai Giochi della Gioventù di atletica e tutto è iniziato da lì. Il volley mi ha aiutato ad aprirmi: da piccola ero introversa, oggi non farei uno sport di squadra, sono troppo competitiva».

**Sabina, I A. Segue ancora la pallavolo?**

«Non c'è un cronista per non vedenti come nel calcio. Da non vedente, non riesco a seguire le gare».

**Benedetta, I A. Ci può precisare le sue specialità, lancio del disco e getto del peso?**

«Il primo consiste nel lancio di un disco di 1 kg, mentre il secondo ha un peso di 4 kg.».

**Bianca e Riccardo, I A. Ha mai pensato di rinunciare allo sport?**

«All'inizio e nel 2012 quando, a 34 anni, ho avuto conferma che non avrei più visto».

**Rachele, I C. Cosa avrebbe fatto se non fosse diventata un'atleta?**

«L'insegnante di educazione fisica, ma alla visita medica non ero idonea. Dopo quella delusione ho pensato: mi hanno tolto questa opportunità, trovatemi un coach perché voglio diventare un'atleta. È stato un momento tipo Sliding doors in cui si chiude una porta e se ne apre un'altra».

**Daniel, I B. Da noi ci sono le strutture adeguate ad allenarsi per persone con disabilità?**

«Le Marche sono avanti da questo punto di vista: il centro sportivo Anthropos di Villa Conti a Civitanova dove mi alleno è una realtà importante a livello internazionale dove si praticano più discipline».

**Lorenzo, I C. Con quale frequenza si allena?**

«Quando ero più giovane tutti i giorni, mattina e pomeriggio. Ora 3-4 volte a settimana».

**Camilla, I C. Preferisce il lancio del disco o il getto del peso?**

«Praticavo il peso anche da vedente: è la specialità in cui riesco meglio. Ho iniziato il disco da non vedente e mi sono appassionata per gli ottimi risultati».

**Giulia, I C. Capisce subito se il suo lancio è buono o no?**



La preside Anna Rosa Vagnoni, Assunta Legnante e il suo coach Roberto Minetti

«Da subito ho la sensazione se sia venuto bene o meno; durante il lancio per spingerlo lontano mi carico urlando e tifo per il mio lancio se penso sia buono».

**Eleonora e Giorgia, I A Di che ha bisogno per affrontare le difficoltà nello sport? Conta di più il fisico o la mente?**

«Servono costanza, determinazione e conta la mente, anche se, da quando sono diventata cieca, sento di più il corpo. Faccio un esempio: alle Paralimpiadi di Rio de Janeiro ero tranquilla avendo i migliori risultati, ma un'atleta ha fatto uno migliore del mio e sono dovuta andare contro il mal di schiena accendendo il cervello. La tenacia ti viene dalla fame di vittoria».

**Sonia, I B. Ha idoli o modelli?**

«No. Forse i miei genitori sono i miei idoli: mio padre è il tifoso più accanito e lo era anche mia madre, morta nel 2012».

**Asia, II A, e Domenic, I B. Che emozioni prova dopo una vittoria o una sconfitta? È più emozionante essere Campione del Mondo o vincere le Olimpiadi?**

«Provo felicità e soddisfazione a vincere ma è importante saper perdere, bisogna allenarsi a perdere. Le Olimpiadi sono l'apice: ti senti puntati addosso gli occhi di 80.000 spettatori, il massimo per un'atleta».

**Sanzed, I B. Se potesse viaggiare nel tempo andrebbe nel passato o nel futuro?**

«Del passato rifarei tutto, compresi gli errori. Ci sono cose che mi fanno soffrire ma non cambierei nulla. Quindi direi: futuro».

**Federico, I A e Federico, II D. Le dà fastidio la maschera sugli occhi durante le competizioni? Perché la indossa?**

«Sono più fastidiose le bende oculari imposte dal regolamento. La maschera sugli occhi è obbligatoria per i ciechi totali: se durante o dopo una gara la si toglie può arrivare una sospensione o l'esclusione della gara o della successiva. Poi per me è un simbolo: quella delle Olimpiadi di Parigi con gli occhi della Monna Lisa è stata concepita dagli studenti dell'Università di Bologna».

**Eya, II B. e Rachele, I C. Lei è nata in Campania ed è diventata nostra concittadina: è molto legata a Napoli e al nostro paese?**

«Da anni ho lasciato la Campania ma adoro il cibo napoletano, a Porto Potenza, dove ho vissuto a lungo, ci ho lasciato il cuore».

**Emma e Giorgia, II B. Come fa a non perdere la concentrazione in gara?**

«Ho un mental coach per gestire le emozioni e mantenere la concentrazione».

**Bianca e Angelo, I A. Qual è stata la prima medaglia? E la più grande sconfitta?**

«Ho vinto un argento a 13 anni e non dimentico il secondo posto a Tokyo nel 2021: mi ero allenata solo pochi mesi per infortunio, infatti mi ero rotta il tendine di Achille, ma questa medaglia d'argento l'ho messa a vista a casa mia, perché mi serva da monito».

**Erika, I A. Cosa ha provato quando le hanno detto che sarebbe diventata cieca?**

«Sono nata con un glaucoma congenito e sapevo che sarei diventata cieca ma non a quale età. Quando i medici me l'hanno detto nel 2012 io lo sapevo già perché il mio campo visivo si era ridotto: non vedevo neanche il peso quando lo sollevavo. Se hai un glaucoma congenito i medici ti dicono di evitare ogni sforzo ma io non mi sono fatta mancare nulla, sono andata correndo incontro alla cecità».

**Aurora, I A. Cos'è lo sport per lei?**

«La mia vita, mi ha aiutato a saper vivere. Ora sono qui con voi e non mi faccio problemi a parlare in pubblico, grazie allo sport».

**Alessandro, I C. Qual è la sua più grande paura?**

«I gatti. Non ho altre paure: vivo da sola, senza il cane per non vedenti, ma mi piace farmi aiutare dagli altri. Roberto, il mio allenatore, mi accompagna a fare commissioni e, quando esco con un'amica, lei è consapevole che deve venire a prendermi ed aiutarmi se serve».

**Riccardo, I B. Ha mai provato invidia per qualcuno o qualcosa?**

«Non invidio nessuno perché ho avuto dei genitori che non mi hanno fatto mai mancare nulla».

**Giulia, I C. Come fa ad usare il telefono?**

«Anni fa c'era un'associazione di volontari per farti leggere messaggi e documenti, oggi uso un'applicazione che si chiama Be My Eyes e la lettura vocale».

**Eleonora, I A. Tra i suoi progetti c'è quello di essere allenatrice?**

«Da piccola il mio sogno era fare la prof di Educazione fisica, in futuro vorrei entrare nella Federazione di atletica: ora sono nel Consiglio, poi si vedrà. Allenatrice no, dovrei vedere l'errore per poterlo correggere e non mi è possibile».

**Federico, I A. Cosa fa nel tempo libero?**

«Come tutti, amo i film e li guardo, ma non proprio! Provate ad ascoltare l'audio di un film senza vedere le immagini, e ascoltatelo di nuovo dopo una settimana: lo troverete diverso perché in momenti differenti immaginerete scene diverse. Poi sono un'interista sfegatata».

**Giulia, II D. Lei ha regalato una maschera a Papa Francesco: ci spieghi il suo gesto?**

«Quando il Papa ha convocato in udienza noi atleti, come gesto di gentilezza ho deciso di regalargli la mia maschera di Diabolik. Ho regalato una mia maschera pure al Presidente Mattarella».