



CALCIO FEMMINILE. Francesca Salaorni indossa al braccio la fascia «della mia Fortitudo Mozzecane»

# «Capitano sempre in campo e fuori»

Francesca Salaorni in azione  
(Graziano Zanetti Photography)

**Servizi di**  
Matteo Sambugaro

Capitano in campo. Capitano fuori. Capitano sempre, a parole e con i fatti. La fascia al braccio sinistro è un simbolo, «il simbolo del mio amore per la Fortitudo Mozzecane», il suo carisma non manca mai, come il suo incantamento costante. Francesca Salaorni vive la prima stagione da capitano della prima squadra, a soli ventidue anni, dopo aver passato una vinta intera in maglia gialloblù, dalle pulcine alla formazione delle grandi. «La fascia che metto ogni settimana - rivela il difensore - ha un valore particolare: me l'ha regalata la mia amica, ed ex compagna di squadra, Veronica Brutti, personalizzandola con il mio numero 23 sopra».

**Salaorni, che emozione si prova a fare il capitano?**

«Una grande felicità da una parte e una grossa responsabilità dall'altra, considerando soprattutto la giovane età della squadra (poco più di 19 anni di media, ndr). Sono una delle più esperte e, pertanto, devo rappresentare anche un punto di riferimento. Indossare questa fascia era un mio obiettivo e averlo raggiunto con la società in cui gioco da sempre è un orgoglio immenso. Lo considero un premio per i miei sacrifici».

**Cosa vuol dire essere capitano?**

«Dare il buon esempio, anche quando sei stanca o giù di morale. Occorre trasmettere la corretta mentalità alle atlete più giovani, far capire loro come si sta in prima squadra e, nel nostro caso, in che modo si affronta una categoria difficile qual è la serie B. Inoltre, devi imparare a conoscere l'intero gruppo, perché ognuna delle ragazze ha il proprio carattere, e saper usare i toni giusti. A volte, infatti, mi confronto con le compagne che hanno più esperienza per avere un parere o un consiglio».

**Le caratteristiche di un buon capitano?**

«Bisogna incitare in qualsiasi momento, essere presenti, avere un rapporto con tutte, capire quando qualcuno ha un problema, sostenere chi è in difficoltà e fare da intermediario non solo tra squadra, allenatore e società, ma pure tra compagna e compagna. Capitano lo si è sempre: è un ruolo che ricopri sia dentro che fuori dal campo, e devi essere in grado di gestire lo spogliatoio».

**I lati positivi e quelli più antipatici?**

«A volte risulti la severa e la cattiva delle situazioni, quando per esempio occorre richiamare all'ordine la squadra o una singola ragazza. Dall'altra parte, però, le

soddisfazioni sono tante: vedersi la fascia sul braccio ti rende fiera, riuscire ad incoraggiare e ad aiutare le compagne, trasmettendo loro grinta e determinazione,

Francesca (a sinistra) con Caneo e Peretti  
(Graziano Zanetti Photography)

è una sensazione appagante e bellissima».

**Perché è stata scelta lei per questo ruolo?**

«Non lo so. E sono sincera: non me lo aspettavo. Probabilmente la società e l'allenatore, che ringrazio, hanno voluto premiare l'impegno, la passione e l'attaccamento alla maglia che ho dimostrato nei miei tredici anni alla Fortitudo. In ogni caso, penso che anche altre compagne meritassero tale riconoscimento, per esempio Rachele Peretti e Zoe Caneo».

**Francesca si considera un capitano?**

«Sì, ritengo di avere il carat-

tere adatto e di cavarmela abbastanza bene. Mi sento carismatica, mi viene spontaneo incitare il gruppo e cerco di onorare la fascia in qualsiasi circostanza. Ovvia-

mente so di essere la prima sbagliare, perciò faccio di tutto per migliorare e per spronare le compagne in maniera costruttiva. Una delle ricette per vincere è proprio questa: dare e ricevere appoggio, sempre».

**Esiste un modello giusto di capitano?**

«No. Ognuna interpreta il ruolo a modo suo e come meglio crede. Secondo me bisogna avere una certa per-

sonalità ed emergere a livello di mentalità anche se magari possiedi meno tecnica di altre. Il mio modello di capitano ideale è Patrizia Panico, un esempio di capitano che ho conosciuto è Deila Boni».

**Essere una delle più esperte della squadra a 22 anni come la fa sentire?**

«È una sensazione strana. Anni fa in rosa avevamo un'ossatura più matura, e noi giovani eravamo di meno, mentre negli ultimi tempi la società ha deciso di puntare fortemente sulle nuove generazioni. Essere una delle più anziane significa fornire tanti consigli ma pure bruciare le tappe, e crescere, più in fretta: devi far tesoro degli insegnamenti che hai ricevuto in passato e tramandarli, nonostante tu stessa abbia ancora molte cose da imparare».

**Come si fa da «chiocchia» alle più giovani?**

«Non è sempre facile (sorride, ndr). Occorre comportarsi un po' come una mamma: a volte con la carota, a volte con il bastone. Non solo: serve avere sempre il controllo della situazione e trovare un equilibrio tra la

serietà e il momento per scherzare. Anche tale ruolo, comunque, mi piace parecchio».

**Tredici anni con la Fortitudo Mozzecane: questa maglia è diventata una seconda pelle?**

«Certo. Gioco qui da quando avevo nove anni e la Fortitudo rappresenta la mia seconda famiglia. Ho sempre dato grande importanza ai colori gialloblù, agli allenamenti e alle partite, dedicandovi almeno metà della mia vita. Tra l'altro, al Mozzecane aiuto pure a seguire le bambine della categoria pulcine quindi sono tutti i giorni al campo».

**Capitano in Primavera ieri, capitano in prima squadra oggi. La fascia è abituata ad averla al braccio.**

«Sì, ed è un peso che porto volentieri (sorride, ndr). Una volta sono stata anche capitano con la formazione esordienti durante un torneo regionale. Insomma, la Fortitudo è la mia società e avere quella fascia al braccio mi fornisce più forza, più sicurezza, e ha un significato speciale. Qualsiasi sia la categoria».

## CALCIO. Atletico Vigasio 2008, vince l'amicizia



L'Atletico Vigasio 2008

Ha imparato a vincere in fretta. Nonostante sia nato solo nove anni fa. L'entusiasmo e l'amore per il calcio sono il carburante del suo motore, l'amicizia e il divertimento le parole chiave della sua filosofia. L'Atletico Vigasio 2008 ha dimostrato di saper bruciare le tappe in poco tempo: oggi la formazione del presidente Gianfranco Pozza partecipa al campionato di Seconda categoria (girone B) ma nella propria (finora) breve esistenza ha già assaporato in più occasioni il gusto della vittoria: «La storia dell'Atletico Vigasio prende il via nel 2008 con un immediato successo: la squadra vince infatti il campionato di Terza categoria al debutto e vola in Seconda - ricorda con orgoglio la società - Una permanenza breve, perché i biancocelesti trionfano anche nella successiva stagione, approdando così in Prima categoria. Al termine della stagione calcistica 2010/11, poi, l'Atletico Vigasio conquista una tranquilla salvezza. L'anno successivo, invece, rinuncia alla categoria e decide di ripartire dalla Terza, conquistando al primo colpo la promozione in Seconda categoria e raggiungendo la salvezza nell'annata seguente. Infine, nella stagione 2014/15 i biancocelesti conquistano nuovamente la promozione in Prima categoria ma nel 2015/16 vengono retrocessi in Seconda».

Il campionato 2016/17 è arrivato al giro di boa. E, al termine del girone di andata, l'Atletico Vigasio si trova a lottare e a combattere nella parte medio alta della classifica e vuole continuare a giocare con determinazione e grinta per togliersi belle soddisfazioni. La rosa biancoceleste? A difendere e a portare in alto i colori del club sono i portieri Athos Romani ed Eric Todeschini, i difensori Damiano Rolli, Andrea Tebaldi, Martino Venturelli e Federico Zorzella, i centrocampisti Marius Balint, Alberto Bissoli, Mirko De Berti, Andrea De Guidi, Davide Dissardi, Radouen Es Salih, Gianmarco Gaino e Manuel Piva, e gli attaccanti Clement Aihienbuwa, Enrico Lucchini, Mattia Migliorini, Michele Molinari e Luca Vecchiato.

## Ginnastica Posturale



Corsi a piccoli gruppi  
(max 4/5 persone) rivolti a  
bambini, adolescenti, adulti.

Insegnante **Andrea Marogna 320 2112764**  
Massoterapista ed Educatore Posturale FIF



L'osservazione posturale mira ad individuare con precisione la provenienza di ogni difficoltà elastica per permettere, attraverso esercizi personalizzati, il recupero e il mantenimento di una postura corretta.

Per info e appuntamenti:  
**Andrea Marogna 320 2112764**  
**Palestra A.S.D. "Le Club" 045 504609**

Palestra A.S.D. "Le Club" Via Legnago, 130 - 37134 - Verona 045 504609

