

La campionessa bustese Saula Nascimben continua a fare attività sportiva. E la trentottenne già progetta il suo ritorno in gara

## E' incinta da quasi otto mesi, ma non rinuncia a sollevare pesi



Saula Nascimben in palestra col pancione

□ La sua storia sta facendo clamore: perché Saula Nascimben, trentottenne atleta bustese, sta dimostrando che anche una donna incinta può praticare il sollevamento pesi. A dispetto dello stupore lei anche oggi, sebbene abbia raggiunto l'ottavo mese di maternità, non rinuncerà a una seduta di allenamento nella palestra della Pesistica Bustese. Certo il bilanciere non calzerà gli stessi chili che l'hanno laureata più volte campionessa italiana, proiettata in Nazionale e fatta giungere a un passo dalle Olimpiadi, ma il messaggio che ne esce è comunque rilevante.

Il suo maestro Pietro Masera è raggianti: «Avevo spedito delle foto di Saula in Federazione e loro hanno subito colto la palla al balzo, facendola diventare una sorta di testimonial di come questo sport non debba essere inteso come brutale e poco femminile». Così la Nascimben è diventata il tramite per far giungere questo pensiero un po' ovunque e il ritorno suscitato dalla notizia è già evidente in queste primissime ore da quando le sue foto col pancione hanno cominciato a girare. L'allenatore spiega come sia nato l'esperimento: «Saula, che è già mamma di un ragazzino di sette

anni, ha scoperto di essere incinta di due mesi. Così abbiamo deciso di impostare un lavoro via via meno impegnativo, senza però mai interromperlo». Oggi solleva 25 chili con la tecnica dello slancio (quindi facendo forza sulle braccia) e 35 con quella dello slancio (fissando il bilanciere sulle spalle), ben distanti dai 67 e 80 che è in grado di alzare al cielo quando si trova in competizione. «Diciamo che per lei - riprende Masera - è come passare dalla maratona a una corsetta. Anzi questa disciplina crea ancora meno problemi. La stessa ginecologa ha consigliato a Saula di non smettere di allenarsi se si sente bene, però cercando ovviamente di calibrare lo sforzo. Non c'è nessuna follia in questa scelta».

Oltretutto, a ben guardare, l'obiettivo della pesista è quello di gareggiare ancora, nonostante la maternità e nonostante l'età. «In effetti - conclude il responsabile della realtà cittadina dedicata al sollevamento - l'idea sarebbe quella di tentare la carta per raggiungere il campionato Europeo della categoria Master. D'altronde la ragazza è determinata e dice sempre che finché si diverte non ha intenzione di fermarsi».

Ma.Li.

**Il suo allenatore  
Pietro Masera:  
«Per lei è come  
passare dalla  
maratona a una  
breve corsa»**

LA PREALPINA 9.02.09