

# Intervista a Stefano Baldini

## Quale scuola superiore ha frequentato?

Ho frequentato l'istituto superiore Bertand Russel a Guastalla.

## Secondo lei quali sono le principali doti per essere un buon atleta?

Per essere un buon atleta è sicuramente molto importante essere bravi studenti, questo perché si possiede maggiore capacità organizzativa. Oltre a questo è importante avere tanta voglia di fare, ovviamente tanto allenamento e come per ogni cosa anche un minimo di talento.

## Quando ha cominciato ad appassionarsi e ad entrare nel mondo dello sport?

Ho cominciato con le gare scolastiche in prima media ed è qui che ho scoperto le doti che avevo per l'atletica. I miei fratelli facevano già le corse campestri e quindi avevo già la strada spianata.

## Le gare a livello nazionale richiedono molto tempo e impegno?

Ovviamente sì! Le gare a livello nazionale sono un grande impegno e richiedono costante allenamento. Quando mi sono allenato per le Olimpiadi ho viaggiato per il mondo per correre dove il tempo era migliore e sono stato via 180 giorni in un anno solo per allenarmi.

## In quali luoghi del mondo si è allenato? E mentre viaggiava è riuscito a trovare un po' di tempo per riposarsi?

Mi sono allenato in tutto il mondo, soprattutto negli USA, in particolare in Arizona e in Colorado. E in Africa e Sud Africa.

Bisogna allenarsi in paesi molto sicuri per non essere in pericolo.

Quando si è in viaggio per allenarsi ci si può riposare poco, solo qualche giorno su molti.

### **Alla nostra età avrebbe mai pensato di diventare quello che è adesso?**

Alla vostra età non pensavo di fare dello sport un lavoro. Faceva molte attività all'aria aperta e il mio sogno era quello di fare viaggi e di girare il mondo, infatti allora non era una cosa così facile da fare come lo è adesso.

### **Ha mai abbandonato una gara?**

Io ho mollato durante una gara circa 8 volte su 400 ma sono considerate tante e la causa è stata solitamente un malessere fisico. Dalle sconfitte più severe ho imparato le cose più importanti, ad esempio che c'è sempre una prossima volta. Bisogna dare il massimo sempre e non importa se il risultato non è perfetto, basta che ci si impegni e bisogna essere contenti del proprio risultato.

### **Ha qualche consiglio da dare a noi giovani per prepararci al mondo del lavoro?**

Il mondo di oggi è complicato ed è necessario avere una base solida di conoscenze scolastiche. Poi è consigliabile imparare anche da soli, magari leggendo libri, non imparare soltanto da insegnanti.

