

# Vari Olimpiadi L'allievo del maestro Romagnoli, con lui a Tokyo, è tra i favoriti per la medaglia d'oro

# La prima volta di Foconi

Il fiorettaista ternano non sta nella pelle: "Si avvera il sogno di una vita, ora bisogna vincere"

di **Alessandro Picchi**

TERNI

■ "L'Olimpiade è il sogno di tutta la vita. Da quando si è bambini e si inizia ad intraprendere uno sport, il pensiero è quello di arrivare ai Giochi olimpici e, soprattutto, di andare a vincerli". Queste le parole del ternano Alessio Foconi dall'ultimo ritiro preolimpico del fioretto a Tirrenia della settimana scorsa. Tenacia e determinazione lo hanno condotto, per il quarto anno di fila, al primo posto della classifica internazionale ed è così che continuano ad attenderlo, con un anno di ritardo, le pedane del padiglione B del "Makuhari Messe in Giappone. Nel 2015 Alessio ebbe l'opportunità di entrare in squadra ai Giochi olimpici di Rio de Janeiro 2016, ma non ci riuscì. Vide da casa la vittoria dell'amico, ed oggi compagno di squadra a Tokyo, Daniele Garozzo. Fece allora i conti con se stesso: "Se avessi continuato con scarsa determinazione" ci aveva raccontato "i miei sogni si sarebbero infranti per le mie stesse insicurezze. Così, un po' alla volta, modificai il mio approccio e, da quel momento, andai ad allenarmi per migliorare me stesso; come se ogni giorno

## Il palmares



### Campionati del Mondo

- 1 oro** a squadre Under 20
- 1 argento** a squadre Under 20
- 1 bronzo** individuale
- 1 oro** individuale Assoluti
- 2 ori** a squadre Assoluti
- 1 bronzo** a squadre Assoluti



### Campionati Europei

- 1 bronzo** a squadre Under 20
- 1 oro** a squadre Under 23
- 1 argento** individuale Under 23
- 1 bronzo** individuale Under 23
- 1 oro** individuale Assoluti
- 1 argento** a squadre Assoluti
- 2 bronzi** a squadre Assoluti



## LA CARTA DI IDENTITÀ

Nome	<b>ALESSIO</b>
Cognome	<b>FOCONI</b>
Luogo di nascita	<b>Roma</b>
Data di nascita	<b>22 novembre 1989</b>
Gruppo sportivo	<b>Aeronautica</b>



### Coppe del Mondo e Gran Prix

- 1 bronzo** individuale Under 20
- 5 ori** individuali Assoluti
- 5 argenti** individuali Assoluti
- 9 bronzi** individuali Assoluti



### Campionati Italiani

- 1 oro** individuale Under 20
- 2 ori** individuali Assoluti

fosse una gara, ed è così tuttora. È stato un circolo virtuoso di immane fatica, che ha posto le basi per affrontare la vita e le gare". I primi frutti della svolta e del duro lavoro li ebbe con la vittoria alla Coppa del mondo di Torino 2016, con a fondo pedana il maestro del Circolo scherma Terni, Filippo Romagnoli: membro del gruppo del

la Nazionale che volerà a Tokyo. Poi dal gennaio 2018 fu un crescendo, dalla vittoria al Grand Challenge di Parigi ai Mondiali di Wuxi - dove fu incoronato tre volte fiorettaista mondiale: Oro individuale, a squadre e nel circuito di Coppa - agli Europei di Düsseldorf 2019 e di nuovo vincitore del circuito di Coppa del Mondo

2020-21. "L'Italia" spiega Foconi "è uno dei Paesi più forti in questa disciplina e c'è tantissima concorrenza a livello nazionale. Bisogna farsi largo a 'sportellate' e, spesso, si prendono batoste che possono far perdere di vista l'obiettivo finale da raggiungere. Mantenendo i nervi saldi però, sono riuscito a dare il massimo per qualifi-

carmi all'edizione della XXXII Olimpiade". Questa volta, Alessio, le gare di fioretto maschile non le guarderà in televisione, ma ne sarà assoluto protagonista nell'individuale ed insieme ai compagni di squadra: Garozzo, Andrea Cassarà e Giorgio Avola. Continua nel frattempo ad affinare la tecnica, esaltare le qualità atletiche e potenziando la tenuta mentale: per la possibilità di aggarrarsi all'assalto stoccata dopo stoccata. "Anche in questo periodo mi alleno seguendo tre fasi" spiega il 31enne ternano "la prima è tecnica, cioè l'incontro con l'avversario o la lezione con il mio maestro Filippo Romagnoli. La seconda è la preparazione atletica con Walter Cutrì. La terza fase - che curo con il mental coach Filippo Fanin - riguarda la mente, la psicologia e la concentrazione: tutti elementi fondamentali in questo sport". Poi chiude "Sin da bambini si ride e ci si diverte, si formulano pensieri e speranze, poi man mano inizia a concretizzarsi il sogno e oggi ci si ritrova, con grande fatica, ai ritiri preolimpici per completare la preparazione a questo massimo appuntamento, ma sempre col sorriso ed il costante piacere di fare questo sport, che mi diverte e mi emoziona".