

## Premessa



GESTIONE CONI SERVIZI

Lo sport per me è metafora di vita. Il nuoto, in particolare, è la disciplina sportiva che mi definisce e l'acqua il mio habitat naturale, l'elemento che per eccellenza mi corrisponde.

Devo ringraziare i miei genitori per avermi portata in piscina da piccolissima, quando non sapevo ancora camminare. L'inizio di ogni bella avventura, si sa, parte dalla famiglia. Tantissimi, infatti, sono i padri e le madri che spronano i propri figli a praticare sport, qualunque tipo di sport, perché sanno che è nei palazzetti sportivi, nelle piscine, sui campi di erba o di terra che si forma l'individuo, sia fisicamente sia che, soprattutto, mentalmente. Lo sport è una vera e propria palestra di vita.

Grazie alla mia dedizione allo sport posso affermare di essere la persona che sono oggi e di aver appreso tanto dalla pratica natatoria e dai sacrifici di questi anni. Ho imparato a rialzarmi dopo le cadute e a rinascere dalla cenere, un po' come l'araba fenice che non a caso ho tatuata sul mio corpo. Ho appreso, inoltre, a rispettare il prossimo e a vederlo come un avversario solo nella piccola frazione di gara. Ho capito, infine, che l'avversaria più importante da battere è la propria mente e che per diventare campioni è necessario credere nei sogni, superare i propri limiti e tendere all'impossibile.

Anche dopo aver detto addio all'attività agonistica, continuerò a praticare sport e a portare i suoi valori nella mia vita. Credo sia imprescindibile il rapporto che si viene a creare tra la persona e l'atleta, per me, tra Federica e la Pellegrini.

Lo sport è tutto questo, e anche di più. Fidatevi.

L'augurio che, quindi, faccio a tutti gli studenti e i professori che leggeranno le pagine di questo testo è di impegnarsi al massimo e con passione nel percorso che hanno intrapreso.

*Federica Pellegrini*

