

Serie B

Dopo tre stagioni il Parma torna in A

Parma in festa: dopo tre stagioni in B, torna in A e lo fa con un progetto ambizioso. La matematica certezza è arrivata mercoledì dopo il pareggio con il Bari. Il progetto di rinascita lo guiderà sicuramente Fabio Pecchia. Classifica: Parma 74; Como 71; Venezia 67; Cremonese 63; Catanzaro 60; Palermo 52; Samp 49; Brescia 48; Südtirol, Reggiana 46; Pisa, Cosenza, Cittadella 45; Modena 43; Spezia 40; Ascoli, Ternana, Bari 37; Feralpisalò 33; Lecco 26

Ginnastica, Europei

Esposito-D'Amato oro e argento

Storica doppietta azzurra agli Europei di ginnastica artistica femminile a Rimini. Manila Esposito è la nuova campionessa nel concorso generale (55.432), argento per Alice D'Amato (54.831): è la prima doppietta della storia nell'all-around. Peccato per Angela Andreoli che termina con il terzo punteggio (53.766): per il regolamento la tripletta non è possibile e il bronzo finisce alla britannica Kinsella, quarta. Preoccupa l'infortunio di Asia D'Amato.

L'INTERVISTA YANN SOMMER

di Paolo Tomaselli

Yann Sommer, portiere dell'Inter campione d'Italia, lei non mangia latticini, quindi niente parmigiano, niente mozzarella, niente pizza. Non tocca nemmeno il caffè.

Cosa le piace dell'Italia?

«Tantissime cose, non solo il cibo. Mi piacciono soprattutto le persone, il loro modo di essere amichevoli, di esprimere le emozioni: me ne sono accorto ancora di più con la vittoria dello scudetto. Amo l'Italia e con la mia famiglia la scoprirò un po' di più: vorrei portare le mie figlie al mare».

Ha investito in un'azienda che produce alimenti vegani. Una scelta casuale?

«Conoscevo già gli altri soci e mi piace molto il genere di prodotto, perché è una buona alternativa al consumo quotidiano di carne. Ho cambiato un po' le mie abitudini alimentari negli anni: la carne mi piace, ma preferisco sapere da dove viene, perché non sempre gli animali sono allevati nel modo migliore».

Invece del caffè cosa beve?

«Il the matcha, una bevanda giapponese. Mi dà la spinta per l'allenamento al mattino e mi fa sentire meglio».

Ha altri «segreti»?

«La meditazione ha un ruolo molto importante nella mia carriera. Un portiere è sottoposto a una pressione davvero elevata e la meditazione mi libera completamente da tutto questo: per me significa tornare all'essenza di me stesso per qualche minuto, senza rumori di fondo. Sono da solo coi miei pensieri: è una cosa fondamentale».

A questo aggiunge il lavoro con il suo mental coach?

«Sì, dagli inizi della mia carriera: da giovane devi imparare a convivere con gli errori e coi successi. E ancora oggi lavoriamo molto sulla preparazione delle partite e parliamo anche di quello che conta nella vita privata per rendere al meglio come atleta. Un confronto continuo».

In carriera ha dovuto lottare spesso contro i pregiudizi sulla sua altezza «normale» (183 cm). Sente di essere un modello per i giovani portieri per il modo in cui ha compensato i centimetri mancanti?

«Ricevo diversi messaggi da altri portieri non così alti, che mi ritengono un'ispirazione. Spero di essere un modello per loro, perché è importante che i club diano più chance a chi magari è meno alto ma ha altre qualità: noi dobbiamo curare benissimo lo stacco da terra, il balzo, il timing, l'esplosività, il posizionamento».

Gli occhiali speciali per allenarsi li usa ancora?

«Solo in Nazionale, ma faccio comunque esercizi specifici per la vista e per i muscoli degli occhi».

L'ispirazione l'ha avuta da papà, ex portiere. Sua madre che ruolo ha avuto?

«La mamma è sempre la



«Medito dunque paro»

Lo svizzero senza segreti: dai consigli della mamma al caffè vietato
«Con l'Inter emozioni uniche, fortunato ad avere una difesa così»

18

gol subiti

L'Inter è la miglior difesa del campionato, Sommer può puntare al record di 21 partite senza prendere gol di Buffon

88

presenze

con la Nazionale Svizzera di cui è una colonna: specializzato nel parare i rigori, Sommer ha esordito nel 2012

mamma! Nessuno dei due mi ha mai messo pressione, mi hanno solo detto: "Quando non ti diverti più, fermati". E quando sono arrivato vicino al professionismo, hanno lasciato decidere a me, supportandomi in ogni momento».

Adesso che Federer non gioca più, è lei la star dello sport svizzero?

«No! Federer per tutti gli svizzeri resterà sempre la più grande fonte di ispirazione, per il livello che ha raggiunto, per lo stile, il modo di porsi:

un ragazzo sempre rilassato, umile, felice di essere sul campo e di godersi il momento. Io voglio fare lo stesso sul campo di calcio: dobbiamo goderci quello che facciamo, perché siamo fortunati a farlo».

Perdoni la domanda, ma lei — che è pure nato il 17 dicembre come il Papa — ha qualche difetto o no?

«Sono molto lontano dalla perfezione, glielo posso assicurare. Sul campo non si vede tutto il vero Yann: quello è

nella vita privata, che cerco di proteggere molto».

La chitarra l'ha mollata? «No, ma devo cercare un maestro per riprendere».

Lo sapeva che l'1 e il 3 giugno il suo idolo Bruce Springsteen suonerà a San Siro?

«No! Dal 31 sono in ritiro con la Svizzera, ma adesso dovrò parlare con il c.t.» (ride).

C'è più energia in un grande concerto rock o in un derby che vale lo scudetto?

«Sono energie differenti: nel derby c'è anche adrenali-

na, mentre la musica dà solo vibrazioni positive. Ma amo i derby qui a Milano: lo stadio e i tifosi sono incredibili».

Che sapore ha avuto la festa scudetto?

«Sono sincero: non avrei mai pensato che potesse essere così incredibile. È stata una giornata lunga, ma vedere le facce felici della gente tra la folla, i bambini, le famiglie, tutta la diversa umanità accudita dal tifo, è stato speciale. Dovevamo dare qualcosa in cambio a queste persone che ci seguono tutto l'anno».

Cosa l'ha colpita di più al suo arrivo?

«Il fatto che tutti si conoscessero bene tra di loro in campo: le distanze, i meccanismi, la compattezza erano già molto buoni».

Inzaghi le ha chiesto molto lavoro coi piedi?

«Sì. Ma ci vuole un po' di tempo per affinare la costruzione da dietro: nel Bayern non ho fatto in tempo, ma qui dopo qualche mese le cose erano già a posto».

Pavard-Acerbi-Bastoni: ci sono tante altre difese meglio di questa in Europa?

«Di sicuro è una delle migliori. Ed è straordinario avere difensori così davanti a me che lottano come dei pazzi per proteggere la porta. Ma è tutto il lavoro di squadra che è

Carriera

Yann Sommer, 35 anni, è nato a Morges ed è cresciuto a Basilea, la città del suo amico Roger Federer

Vocazione

Suo padre, suo zio e anche sua mamma hanno giocato in porta, lui sin da piccolo non ha avuto dubbi sul suo ruolo

Il salto

Dopo aver vinto nel campionato svizzero con il Basilea, si trasferisce nel 2014 in Germania al Borussia Mönchengladbach diventando un simbolo. A gennaio 2023 va al Bayern Monaco e festeggia la vittoria della Bundesliga. In estate l'Inter lo sceglie per sostituire il camerunese Onana



Buffon
Gigi è sempre stato il mio idolo. È una leggenda e sarebbe grandioso eguagliare il suo record



Federer
Per tutti gli svizzeri resterà la più grande fonte di ispirazione: per risultati e stile



Çalhanoglu
È molto difficile prendere i suoi rigori. Sai sempre dove calcia, ma ha un tiro fortissimo

