

# Handbike La sfida di Veronica Frosi

## Il suo obiettivo è il titolo italiano

La 19enne parmigiana, che fa parte del progetto Obiettivo 3 di Alex Zanardi è carica: «All'appuntamento di Massa, fra tre settimane, voglio arrivare al top. Sto lavorando duro»

### VITTORIO ROLOLO

■ Non vede l'ora di assaporare nuovamente il piacere della competizione, Veronica Frosi. La più giovane handbiker d'Europa, tesserata per Sport Center Parma e Anmil Sport, parteciperà domenica alla nona edizione del «Trofeo Insieme senza barriere», in programma a Salizzole (Verona).

Sarà quello un banco di prova importante, per lei, in vista dei Campionati italiani assoluti in linea, che l'11 aprile a Massa avrà la Frosi tra le protagoniste più attese. La 19enne parmigiana, che fa parte del progetto Obiettivo 3 di Alex Zanardi, è carica. «Sono reduce da un piccolo intervento chirurgico - spiega Veronica -: ho ripreso ad allenarmi a febbraio, dopo un mese di stop, ed è stato abbastanza faticoso. L'incertezza legata all'emergenza sanitaria in corso, poi, non aiuta: con palestre e piste chiuse, insieme al mio preparatore Enrico Olivieri ed allo staff di Sport Center abbiamo dovuto ricorrere a piani alternativi, pur di rispettare la tabella di marcia». Gli allenamenti sono duri, ma Veronica è abituata a stringere i denti. «Abbiamo aumentato gradualmente i carichi di lavoro» spiega Frosi. «Siamo

partiti con due sedute in palestra ed una in bici. Mentre ora la settimana-tipo prevede quattro sessioni in Cittadella ed una, di scarico, in palestra, con l'utilizzo degli elastici. Non è semplice, perché gli allenamenti vanno sempre pianificati in funzione degli impegni. Il problema è che, in questo periodo, le gare vengono continuamente cancellate...».

Nel suo caso, c'è pure da pensare agli studi: Veronica frequenta il corso di Comunicazione e media contemporanei per le industrie creative all'Università di Parma. «Conciliare studio e allenamenti, è dura» - fa notare la handbiker. «In genere dedico la mattinata ai libri ed il pomeriggio alla handbike. Per fortuna, le lezioni sono tutte registrate: posso quindi rivederle pure in un secondo momento».

A Salizzole, Frosi potrà testare al meglio la sua condizione fisica. «Sarà una gara in linea e questo mi darà la possibilità di fare le prove generali in vista dei Campionati italiani Assoluti: a Salizzole il tracciato presenta qualche saliscendi ma, tutto sommato, è agevole. Cercherò di dosare bene le energie. All'appuntamento di Massa, fra tre settimane, voglio arrivare al top: sto lavoro-

sando sodo, per questo».

Nelle scorse settimane, intanto, Veronica ha ricevuto una sorpresa inaspettata. Di lei, infatti, si parla tra le pagine di «Ancora», il libro che Claudio Arrigoni ha dedicato ad Alex Zanardi, il campione che ha spinto Frosi ad abbracciare l'universo handbike. «Non sapevo nulla - confessa Veronica -: ho partecipato ad un webinar organizzato dal Team Obiettivo 3 e, incuriosita, ho subito acquistato il libro. Una volta tra le mani ho cominciato a sfogliarlo, giungendo casualmente ad un capitolo che ha catturato la mia attenzione per via del titolo: 'La mia vita come opportunità da condividere'».

Poche righe di lettura e Veronica strabuzza gli occhi: «Si parlava di me!» - rivela, con la stessa incredulità di quel momento. «È stata una grande emozione. Il libro, l'ho divorato in un giorno e mezzo. Ho ringraziato l'autore e la famiglia di Zanardi. Lui è sempre nei miei pensieri. Leggendo il racconto della sua prima maratona a New York, ho ripensato alla mia Venice Marathon. In quell'occasione, ho corso per Alex. Ed è stata anche una bella sfida con me stessa. La più difficile».

© RIPRODUZIONE RISERVATA





**VERONICA FROSI** Sarà in gara domenica al «Trofeo senza barriere».