



Nazionaliditalia.it



Calcio

Basket

Rugby

Pallavolo

Nuoto » »

Ginnastica Ritmica

Sport invernali

Altri sport » »

Interviste esclusive » »

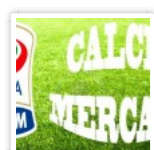
Sport&GO

SPECIALE SCI: COPPA DEL MONDO

Slalom femminile di Lienz vinto da Hansdotter

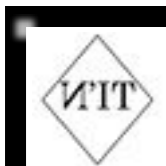
Pubblica il tuo articolo!

SPECIALE SERIE A



Speciale Calciomercato di Serie A, la sessione invernale
28 dicembre 2015

TI PIACE NAZIONALIDITALIA.IT?

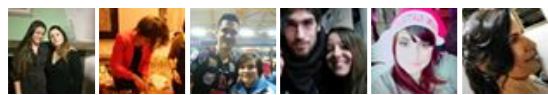


Nazionaliditalia.it
1236 "Mi piace"

Mi piace questa Pagina

Condividi

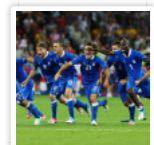
Di' che ti piace prima di tutti i tuoi amici



SPECIALE EURO2016



#RoadToEuro2016: il calendario di #Euro2016
26 dicembre 2015



#BackToGlory: Euro 2012, un bel viaggio
5 agosto 2015



#BacktoGlory: le divise protagoniste degli Europei di calcio (1996-2008)
31 luglio 2015



#BacktoGlory: le divise protagoniste degli Europei di calcio (1976-'92)
23 luglio 2015



#BacktoGlory: le divise delle protagoniste degli Europei di calcio (1960-'72)

TANIA CAGNOTTO, LA REGINA DEI TUFFI: "PUNTO AD ARRIVARE AL 100% A RIO"

INTERVISTA | **Tania Cagnotto**, la stella dei tuffi italiani e internazionali, proprio qualche mese fa a Kazan ha conquistato il primo oro mondiale nella storia del Bel Paese in campo femminile in questa disciplina. La bolzanina, oltre ad un'atleta di altissimo livello, è molto amata anche nel mondo dello spettacolo: in questi mesi ha partecipato a diversi programmi ed eventi. Una ragazza normale, ma con un talento straordinario, che le ha permesso di vincere diciassette ori europei e di renderla unica. Di seguito riportiamo l'intervista che ci ha rilasciato nelle ultime settimane in cui racconta il rapporto con l'amica di sincro Francesca Dallapè, i progetti per il futuro e la sua vita da campionessa straordinaria.

Cosa hai pensato prima dell'ultimo tuffo dal trampolino 1 metro ai Mondiali di Kazan, quando potevi vincere la medaglia d'oro?

"Ho cercato di rimanere calma nel limite del possibile. Sperando di non rovinare tutto all'ultimo tuffo!"

Quali sono i prossimi obiettivi della stagione? E a Rio 2016? Come ti allenerai fisicamente e mentalmente per raggiungerli?

"Il primo obiettivo sarà la coppa del mondo a Rio, perché dobbiamo ancora qualificarci nel sincro. Poi per l'olimpiade mi preparerò come ho sempre fatto nelle altre 4. E ci vuole sempre anche un po' di fortuna".

Descrivi le tue sensazioni dopo le tre medaglie mondiali?

"Credo sia stato uno dei momenti più belli della mia vita. Tutt'ora mi sto godendo il post e ho una gran serenità per affrontare la prossima stagione".

Come si svolge la tua routine di allenamento settimanale?

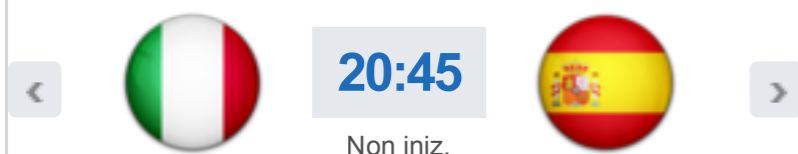
"Mi alleno due volte al giorno ogni giorno, a parte il sabato e la domenica. Alterno i tuffi con allenamenti a secco, palestra, pesi, atletica con molta attenzione ad integrarmi con le barrette energetiche raw bite nei periodi di carico".

Come ti prepari con Francesca Dallapè per un grande evento e come si riesce ad avere feeling sul trampolino?

PROSSIMI INCONTRI – CALCIO

Amichevoli

Giovedì 24 Marzo



Italia - Spagna

Risultati Italia offerti da Livescore.it

“Ci alleniamo due volte a settimana insieme per il sincro. Noi abbiamo un bellissimo rapporto, siamo amiche da tanti anni ormai e ci rispettiamo. Per questo abbiamo un ottimo feeling”.

Come vedi il tuo futuro fuori dall’acqua e cosa ti piacerebbe fare (diciamo di mestiere), una volta ritirata dall’agonismo? Ti piacerebbe lavorare in televisione?

“Non saprei ancora... Mi piace fare una cosa alla volta! Sono cmq abbastanza aperta a nuove esperienze”.

Cosa si prova ad essere un personaggio famoso e fonte d’ispirazione per tanti giovani?

“Fa piacere che i bambini ti ammirino e provino ad imitarti”.

Chi è Tania lontana dai tuffi?

“Sono la stessa che sono in piscina: sono una ragazza semplice che ama stare con gli amici etc..”.

Il momento più bello e quello più brutto della tua carriera?

“Il più bello Kazan 2015, mentre il più brutto Londra 2012”.

Un pregio e un difetto del tuo carattere?

“Il pregio è che non mi piace lasciare in sospeso nulla, mi piace risolvere qualsiasi malinteso e mi reputo una persona onesta, mentre il difetto è che sono parecchio indecisa e se qualcuno mi fa un torto non riesco a far finta di niente”.

Tra circa un anno ti sposerai con Stefano. Come vi siete incontrati?

“Ci siamo conosciuti in barca a vela, quando lui faceva lo skipper”.

Quali sono le tue emozioni per questo grande momento della tua vita?

“Organizzare il matrimonio è molto impegnativo ma molto diverso dallo stress di una gara”.

Come si riesce a conciliare la vita privata con uno sport agonistico ed eventi, che ti tengono impegnata a lungo e lontana da casa?

“Diciamo che in 6 anni che stiamo insieme ancora non abbiamo avuto un giorno in cui ci siamo annoiati. Vorrei provarlo un giorno!”.

Ringraziamo Tania Cagnotto per l’attenzione e la pazienza e il management “Dao Holding” dell’atleta

Foto concesse dal Management

Eleonora Baroni

CONDIVIDI!

Tweet

G+1

0

Tag dell'articolo: TANIA CAGNOTTO

FRANCESCA DALLAPÈ

ABOUT ELEONORA BARONI



Eleonora Baroni nasce a Correggio il 13 agosto del 1995. Diplomata al Liceo Classico nel 2014, ora frequenta la Facoltà di Lingue e Culture per l’Editoria all’Università degli Studi di Verona. Ama quasi tutti gli sport e li segue con passione, fin da quando era una bambina. Segue con attenzione scherma, tuffi e nuoto.

« Precedente:
Slalom femminile di Lienz vinto da
Hansdotter

ARTICOLI INTERESSANTI

TAG

6 Nazioni amichevole **azzurri** balotelli
basket **brasile** **brasile** 2014 Campionati
Europei di Berlino campionato confederations
cup conte convocati coppadelmondo croazia europei
Fanchini **Fis FISU** francia futsal Gentile
hirscher inghilterra innerhofer **italia** jansrud
ligety maze milan moelgg Mondiale **mondiali**
nazionale nazionale italiana Nazionale
Maschile **Nuoto** Olimpiadi paris **prandelli**
roma **rugby** Senior Maschile serie A sochi
spagna

gennaio: 2016

L	M	M	G	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
« Dic						

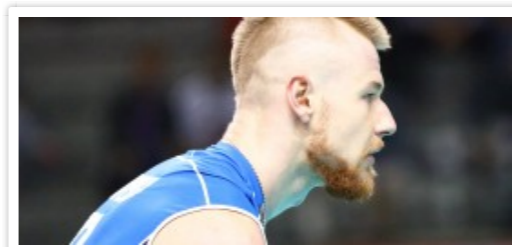
SEGUICI SU INSTAGRAM!





Speciale Calciomercato di Serie A, la sessione invernale

28 dicembre 2015



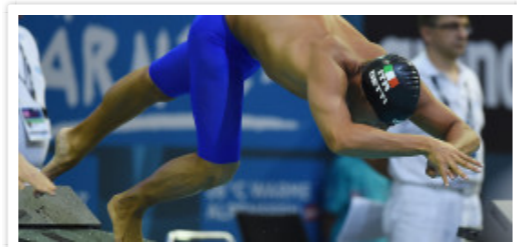
Zaytsev: per gli amici Ivo, per tutti "lo Zar"

28 dicembre 2015



Tuffi, Trofeo di Natale: tutti i risultati

23 dicembre 2015



NUOTO. ASSOLUTI INVERNALI - 2A GIORNATA

20 dicembre 2015



NUOTO. ASSOLUTI INVERNALI - 1A GIORNATA

18 dicembre 2015

Commenti chiusi.

I NOSTRI AMICI

storiadipallone.wordpress.com
mptreddi.blogspot.com
voguefbpage.wordpress.com
Tuttocampo.it