



NUOTO
100 rana

ANGIOLINI LISA
Poggibonsi (Siena) - 29 giugno 1995

PRIMA OLIMPIADE

Peso x Altezza: 59 x 1,72
Prima Società: **Nuoto Virtus Poggibonsi**
Società: **Carabinieri**
Primo Tecnico: **Gianluca Valeri**
Tecnico: **Gianluca Valeri**
Hobby: Amante dei cani

Il primo contatto con una piscina avviene ad appena 2 anni e mezzo; l'iniziativa fu della mamma perché imparasse a nuotare e la famiglia potesse così andare al mare con maggiore tranquillità. Lisa prende subito confidenza, impara e si diverte. E, via via che cresce il suo rapporto col nuoto si intensifica dimostrando che ci sa fare. Inizia presto con le gare collezionando numerosi successi a livello giovanile. Le prime convocazioni azzurre, però, si fanno attendere; l'ingresso in pianta stabile in Nazionale avviene infatti nel 2021 quando ha già compiuto 26 anni. E sale subito sul podio conquistando il bronzo nella 4x200 sl agli Europei di Budapest. L'anno dopo fa incetta di meda-

glie: dopo l'argento nei 100 rana agli Europei di Roma alle spalle di Benedetta Pilato, firma una storica tripletta ai Giochi del Mediterraneo di Orano (Algeria), dove vince l'oro nei 50 e 100 rana e nella staffetta 4x100 mista. Agli Italiani assoluti di quest'anno a Riccione si laurea campionessa nei 100 rana e stacca il pass individuale per i Giochi di Parigi, la sua prima Olimpiade, realizzando così il sogno che coltivava sin da piccola. "Partecipare alle Olimpiadi - confessa - è il traguardo più ambito per ogni sportivo, per me è arrivato a 29 anni ma credo che sia il momento giusto, nel quale posso dare il meglio di me". Si allena sempre in vasca corta, e spiega perché: "Ho supplicato più volte il mio allenatore di portarmi in vasca lunga, per provare cose nuove. Ma è stato categorico: dice che mi alleno meglio in vasca corta e questo mi permette di andare più forte su quella lunga". Il 13 è il suo numero fortunato: "Il 13 agosto sono arrivata al podio agli Europei di Roma e nessuno lo avrebbe mai detto, nemmeno io. Il 13 è il giorno in cui ho vinto la mia prima medaglia a un Europeo, e il 13 aprile ho vinto il mio primo Assoluto e mi sono qualificata al Mondiale".



PALMARÈS

CAMPIONATI MONDIALI

2023 Fukuoka: 14^a 100 rana

CAMPIONATI EUROPEI

2021 Budapest: 3^a 4x200 sl
2021 Budapest: 13^a 100 rana
2021 Budapest: 20^a 200 rana
2022 Roma: 2^a 100 rana
2022 Roma: 4^a 4x100 misti
2022 Roma: 18^a 200 rana

GIOCHI DEL MEDITERRANEO

2022 Orano: 1^a 50 e 100 rana
2022 Orano: 1^a 4x100 misti

CALENDARIO GARE	LUGLIO						AGOSTO										
	venerdì 26	sabato 27	domenica 28	lunedì 29	martedì 30	mercoledì 31	giovedì 1	venerdì 2	sabato 3	domenica 4	lunedì 5	martedì 6	mercoledì 7	giovedì 8	venerdì 9	sabato 10	domenica 11
			●	●	●												