

---

InBici

# InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

## **LETIZIA PATERNOSTER: “HO VISSUTO UN PERIODO NERO, LA FEDE MI HA AIUTATA. OBIETTIVO ORO A PARIGI 2024”**

edinet · Friday, January 7th, 2022

Tra le maglie iridate conquistate dall'Italia nello splendido 2021 spicca quella di **Letizia Paternoster** (la prima della storia per l'Italia nell'eliminazione, ndr) una delle atlete più forti del panorama ciclistico italiano ed internazionale. Quello della trentina della Val di Non è uno dei sorrisi più amati del nostro movimento.

### **Letizia, come stai?**

*“Bene grazie, tutto a posto.”*

### **Cosa ti resta dell'oro conquistato nell'eliminazione nel velodromo di Roubaix?**

*“Mi resta sicuramente la consapevolezza delle mie capacità e che prima o poi tutto torna. Anche quando le cose non vanno bene, bisogna sempre saper reagire e tirare fuori il meglio.”*

### **Dopo la vittoria sei scoppiata in un pianto incontenibile. Quanto sono stati difficili gli ultimi due anni?**

*“Tantissimo. Per me è stato un periodo nero. Quelle lacrime sono dovute al fatto che dopo tanto tempo ho rivisto finalmente la luce. Ho sofferto molto. E' stato bellissimo ritornare ai miei livelli.”*



2021 UCI Track World Championship Day 2 – Roubaix France – Women’s Elimination – 21/10/2021 – Lotte Kopecky (BEL) – Letizia Paternoster (ITA) – Jennifer Valente (USA) – photo Luca Bettini/BettiniPhoto©2021

### **Chi ti è stato vicino nei momenti difficili?**

*“Poche persone: la mia famiglia, il mio ragazzo Alessandro, Dario Broccardo, Manuel Quinziano e Rossella Callovi. A loro devo il mio ‘grazie’ più grande.”*

### **Sei stata spesso criticata. Come hai risposto agli haters?**

*“Alla fine quando ti esponi è normale ricevere critiche. Io vado avanti per la mia strada, credendo sempre nei miei sogni. Accetto le critiche e vado avanti.”*

### **Sei scaramantica?**

*“No, ma credo molto nella fede e quindi spesso prima delle gare faccio qualche preghiera e il segno della croce.”*



Tokyo 2020 Olympic Games – Olimpiadi Tokyo 2020 – Izu Velodrome – Cycling Track Day 5 – 06/08/2021 – Women’s Madison – Elisa Balsamo (Italy) – Letizia Paternoster Italy) – photo Luca Bettini/BettiniPhoto©2021

**Ti dispiace non lavorare più con Dino Salvoldi o pensi che un cambio possa fare bene al gruppo?**

*“Mi dispiace sicuramente perché Dino è una persona che porto con me da sempre. Penso anche che un cambio possa fare bene a tutto il gruppo, Villa è un grande professionista e lavorare con la Nazionale maschile sarà per noi di grande aiuto e stimolo.”*

**La coppia Paternoster-Balsamo può giocarsi l’oro a Parigi nella Madison?**

*“E’ sicuramente un grande sogno che ho nel cassetto. Anche su strada siamo in squadra insieme e questo ci servirà per conoscerci meglio e creare più sintonia.”*

**Che rapporto hai con Elisa?**

*“Un rapporto professionale, credo molto nelle sue capacità ed è una ragazza che stimo.”*

**Nella corsa a punti, a volte, sembra che voi azzurre facciate più fatica rispetto a britanniche e olandesi in termini di resistenza. E’ un fattore su cui state lavorando?**

*“Sì, stiamo lavorando molto in questa direzione. L’esperienza conta molto e quindi crescendo impareremo sempre di più.”*



**Su strada non sei ancora riuscita a mostrare il medesimo potenziale della pista: cosa ti manca per diventare vincente anche in quel contesto?**

*“Allenarmi di più su strada e fare esperienze. Da quest’anno infatti cercherò di dedicarmi di più alla strada in modo tale da mettere nelle gambe più chilometri e vedremo dove riuscirò ad arrivare.”*

**Quali sono gli obiettivi per questa stagione?**

*“Imparare molto, fare esperienza e ho il sogno di vincere qualche corsa anche su strada.”*

**Quale consiglio daresti alle giovani ragazze che vogliono avvicinarsi a questo sport?**

*“Di continuare a credere nei loro sogni anche quando le cose non vanno bene e di ricordarsi sempre che alla fine la vita è una ruota che gira, per tutti. Gli alti e bassi ci saranno sempre e poi di divertirsi, questo è il vero segreto.”*



*a cura del nostro partner OA Sport – [www.oasport.it](http://www.oasport.it) Copyright© InBici Magazine ©Riproduzione Riservata*

This entry was posted on Friday, January 7th, 2022 at 3:00 pm and is filed under [G News](#), [News](#), [STRADA](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.