



## Simone Ruffini

comunicati

### **ZEBRINTERVISTA CON....SIMONE RUFFINI**

Per la zebrintervista si ritorna nel magico mondo del nuoto di fondo, per parlare con il nuotatore dell'Esercito Simone Ruffini.

Z: Ciao Simone, come va?

Sbarcato con la ciurma azzurra in Brasile, prima per il collegiale di Rio e poi per la 10 km di coppa del mondo a Santos. Partiamo proprio da quest'ultima. Gara brasilera che ti ha visto piazzarti al settimo posto. Come è stata affrontata la gara da te? Quanto sei soddisfatto del risultato?

S: Ciao Mirko sono appena rientrato dal Brasile dopo un viaggio pessimo, causa mie condizioni di salute, te come stai?

Questa volta ho affrontato la gara in maniera diversa, aspettando dietro senza fare strappi e sprecare energie, così da lasciarle nel finale, tutto come accordato con mio coach Fabrizio Antonelli; e sono molto soddisfatto della gara, soprattutto perché non mi aspettavo di gareggiare così dopo 4 mesi di preparazione.

Z: Tutto bene, grazie. La gara è stata la tappa finale di un percorso che prima vi ha visti impegnati in collegiale a Rio de Janeiro. Puoi raccontare come l'hai vissuta, tra allenamenti in vasca ed "extra" fuori?

S: Partiamo dal fatto che amo il Brasile, quindi già il fatto di andare ad allenarsi a Rio per due settimane e poi passare a Santos mi entusiasmava molto, poi il fatto di essere a Gennaio al caldo fa solo che piacere anche se gli allenamenti son stati abbastanza duri, ma si affrontano sempre con il sorriso.

Z: Parlando del 2012 non si può non parlare degli Europei di casa a Piombino. Quali sono i ricordi che porti dentro dall'esperienza europea in Toscana (eccetto la reazione al "deludente 4o posto" annunciato dallo speaker... -.-) ?

S: Speaker aparte, degli europei di Piombino porto dentro di me belle emozioni soprattutto il fatto di esser riuscito a portare due gare la 10 e 25 km, gare che fino ad un paio di anni prima non avrei nemmeno pensato di riuscire a fare assieme.

Z: Ne avevo discusso con Giorgia (Consiglio, ndz) quando l'avevo intervistata. Si parlava di un reality sul nuoto, ispirandosi a "Ginnaste", ma legato al nostro sport. Pensi che si possa fare una cosa del genere e che possa interessare? O, come penso io e come ha fatto nei tuffi Andreas Billi, creare qualcosa fatto in casa, un'autoproduzione degli atleti, sfruttando le nuove tecnologie e le reti di comunicazione quali social e youtube?

S: Penso che sia bello poter far un reality tipo ginnaste, e chiamarlo Nuotatori o in qualche altra maniera, potrebbe far avvicinare ancora più persone a questo sport e non solo nel praticarlo, ma nel seguirlo dalle gare nazionali sino a quelle internazionali.

Z: Domanda da nuotatore di corsia ad uno di acque libere. Che sensazioni si provano nuotando in mare aperto, che non è possibile trovare quando si nuota in piscina?

S: Apparte che a me piace molto gareggiare in vasca, però il mare ti dà altre sensazioni, nuoti

**VANIA TONI Management**

Roma - Reggio Emilia

CF: TNOVNA67A51C405B | P.IVA 02337920355

www.vaniatoni.it - +393929339222 - vania@vaniatoni.it

# VANIA TONI

## management

con le onde, con correnti e con le odiose meduse, tutti fattori che rendono più difficile me più affascinante il nuotare in mare rispetto la vasca.

Z: Com'è la tua giornata tipo?

S: La mia giornata tipo diciamo che non è molto fantasiosa: sveglia verso le sette colazione e poi piscina, finito allenamento doccia lunghissima e poi pranzo, subito dopo riposino, poi palestra e di nuovo in acqua, di nuovo doccia lunghissima e poi si studia un po' sempre se ci son le forze per farlo, dopo cena, si guarda un po' di tv o qualche film e poi nanna preferibilmente con la mia Morosa.

Z: Visto che hai nominato la parola 'studio', a quale facoltà sei iscritto?

S: Sono iscritto alla facoltà di scienze motorie e della salute di Urbino.

Z: Tra i likes della tua pagina facebook spunta "Pizza". Qual'è la tua pizza preferita?

Parlando sempre di cibo, che ti piace mangiare?

S: A sedici anni mi son trasferito a Pesaro e rimasto fino a poco tempo fa, e lì ho scoperto una pizza che si fa solo a Pesaro e dintorni, questa è la pizza Rossini, è sicuramente è la pizza che preferisco, ma nella mia dieta mangiare la pizza almeno una volta a settimana è importantissimo che sia margherita o in qualche altra maniera, l'importante è che sia pizza. Apparte la pizza, amo la pasta in tutte le maniere.

Z: Ritornando ai social network, quanto li usi? Hai pagine fan sui social?

S: Per quanto riguarda i social network, uso solo facebook; ho un fan club dove si possono seguire tutte le mie gare.

Z: Quanti fans tuoi ci sono lungo lo stivale?

S: Spero di averne parecchi ...

Z: Che genere di musica ti piace ascoltare?

S: Mi piace ascoltare "I Marta sui tubi", i "Nobraino" e "Le Strade" e i Queen, ma prima delle gare ho bisogno di musica che mi carichi, quindi un po' di metal non mi dispiace.

Z: Ringraziandoti per la disponibilità a fare questa intervista, a te la parola per le conclusioni finali.

S: Ringrazio te per l'intervista e per la disponibilità dimostrata, ringrazio l'Esercito, la mia famiglia e la mia ragazza perchè hanno capito l'esigenza di cambiare tutto in questa nuova stagione.

COPYRIGHT © [www.mirkozebrone.it](http://www.mirkozebrone.it) - 2013

SIMONE RUFFINI - VANIA TONI Management

**VANIA TONI Management**

Roma - Reggio Emilia

CF: TNOVNA67A51C405B | P.IVA 02337920355

[www.vaniatoni.it](http://www.vaniatoni.it) - +393929339222 - [vania@vaniatoni.it](mailto:vania@vaniatoni.it)