



di Andreas Seppi

IL MIO ANNO MIGLIORE

Dicembre è tempo di bilanci. Per il nostro inviato speciale sul circuito è stato un 2008 pieno di soddisfazioni. Intanto il best ranking in carriera (n.27 Atp) ottenuto ad inizio luglio. Poi la vittoria nel 100.000 dollari di Bergamo, l'acuto che lo ha portato in semifinale ad Amburgo e la vittoria su Rafa Nadal...

E' stata la mia stagione migliore, quella appena passata. Ho giocato tanto e credo abbastanza bene su ogni superficie, sia come rendimento generale che come miglioramento sul-

lui cha ha giocato benissimo, ma a quel punto mi aspettavo di andare più avanti nel torneo.

La partita più emozionante? Quella con Nicolas Kiefer nei "quarti" al Masters Series di Amburgo, perché lì ho avuto

Rotterdam; lì ho espresso una qualità altissima del mio tennis.

La sconfitta più costruttiva? Quando ho perso contro Marat Safin a Wimbledon perché è stato uno dei match dove ho giocato il mio tennis più "bello".

A proposito di sconfitte. Come ogni fine anno ho fatto un po' di autocritica e mi sono chiesto **cosa non è andato al meglio?** Probabilmente avrei potuto avere una programmazione migliore. Max, il mio coach, dice che avremmo dovuto giocare un po' meno. Che abbiamo sbagliato a giocare Gstaad e Kitzbuhel. Lì, secondo lui, ho perso tempo ed energie che poi ho pagato. Si rammarica soprattutto di non avermi cancellato dal Masters Series di Toronto per farmi riposare, ma lo sapete come sono fatto io, voglio sempre giocare.

Fatto sta che proprio a fine anno, quando avrei dovuto portare a casa i risultati più importanti, nella stagione indoor, ho toppato. Ho vinto una sola partita su sei e anche il mio rendimento è stato insufficiente perché non ho lottato come so fare. E' vero, sono arrivato stanco, forse più mentalmente che fisicamente. E alla fine facevo scelte in campo che non erano giustificate. E allora perché le facevi? Vi chiederete voi...

Probabilmente perché mi mancavano energie e non ero in grado di gestire al meglio la partita. Adesso sto lavorando molto per preparare bene il 2009. Speriamo di arrivare pronti. Ho avuto qualche problema: mi sono sottoposto a un piccolo intervento, ho dovuto togliere dei nei sulla schiena e sono rimasto fermo più del dovuto, quindi adesso devo recuperare terreno.

Cerco di concentrarmi soprattutto su un paio di aspetti tecnici: la seconda di servizio (dove devo migliorare ancora molto) e poi voglio spingermi di più a rete. Non tanto migliorare la volée ma raggiungere quella parte di campo. Chi tra voi gioca a tennis avrà capito che cosa intendo dire. In pratica fare qualche serve&volley di più e colpire la palla molto forte per essere più aggressivo.

Fisicamente devo lavorare per recuperare il mio peso forma che è intorno agli 80 chili (*Andy è alto 1 e 90, ndr.*). Sarà dura... Con Max ho discusso e impostato la programmazione per il 2009, ho pensato potesse interessarvi e quindi la riporto qui a fianco. Che ne dite? L'idea è quella di togliere 5 tornei rispetto all'anno passato in modo da arrivare meno stanco.

Ora torno ad allenarmi perché a fine dicembre è già ora di fare le valigie.



FOTO DPP/IGRAZIA NERI

UNO DEI MOMENTI PIÙ FELICI DELLA STAGIONE DI ANDREAS SEPPI, DOPO LA VITTORIA CON KIEFER NEI QUARTI DI FINALE DEL MASTERS SERIES DI AMBURGO

la gestione della partita. **La partita che vorrei ricominciare?** E' quella persa contro Robin Soderling a Rotterdam a metà febbraio. Dopo aver battuto Hewitt e Nadal non ci stava proprio perdere con lo svedese. Intendiamoci, tanto di cappello a

grande determinazione nella lotta in campo. Da solo contro un ottimo Kiefer e più di diecimila tifosi tedeschi che facevano un tifo indavolato per il loro beniamino.

La partita dove ho giocato meglio? Direi proprio quella con Nadal a

STAGIONE 2009 (PROGRAMMA PROVVISORIO)

Doha	Montecarlo	Nottingham	Us Open
Sydney	Barcellona	Wimbledon	Bangkok
Australian Open	Roma	Stoccarda	Pechino
Marsiglia	Monaco	(Amburgo?)	Shanghai
Rotterdam	Madrid	Umago	Vienna
Indian Wells	Roland Garros	Montreal	Valencia
Miami	Queen's	Cincinnati	Parigi Bercy