



Carriera:

Dal 2005 al 2010	Gemona
Dal 2010 al 2011	Trasaghis
Dal 2011 al 2015	Bearzi
Dal 2015 al 2018	Tavagnacco
Dal 2019 al 2021	Triestina
Dal 2022 al 2023	Sarone Caneva
Dal 2023 al 2024	Val del Lago (Futsal)
Dal 2024 ad oggi	Tavagnacco

SERENA FERROLÌ

La prima domanda è d'obbligo...cosa ti ha spinto ad avvicinarti al calcio femminile ed in particolare a questo ruolo?

Il calcio mi è sempre piaciuto, fin da quando ero piccola ho sempre

preferito il pallone a qualsiasi altro gioco. Ci sono foto in cui ancora all'età dell'asilo ho un pallone fra i piedi o sotto braccio. Ho sempre giocato con gli amici, nel cortile e nei prati della nonna, a scuola durante la ricreazione, ogni volta ce ne fosse la possibilità..... insomma vedevo un pallone e non potevano fermarmi. Il giorno della prima Comunione una delle cose che mi viene sempre ricordata è che finita la celebrazione, prima di iniziare il pranzo non hanno avuto nemmeno il tempo di farmi togliere il vestito bianco che avevo già iniziato a correre dietro alla palla! I vicini di casa mi hanno regalato il mio primo paio di scarpe da calcio proprio alla comunione per poter giocare nel prato sotto casa. In questo ruolo mi ci mettevo per divertimento, i miei compagni di classe ne erano felici ma in realtà quando a 14 anni ho finalmente iniziato a giocare in una "squadra vera" in serie C con la Mazzonetto Gemona giocavo esterno di centrocampo e non avevo nemmeno pensato di indossare i guanti. Alla fine degli allenamenti capitava che assieme ad una compagna mi fermassi a fare qualche tiro, o meglio lei tirava e io stavo in porta a lanciarmi a destra e sinistra per pararne il più possibile.. era un divertimento. Una domenica per l'assenza del portiere e non avendo un sostituto hanno voluto provare me e da lì è nato tutto. Dopo quella domenica il mio ruolo non è più cambiato, sono rimasta un portiere.

Durante la tua carriera hai sempre avuto un allenatore dei portieri?

Durante la mia carriera non ho sempre avuto un preparatore dei portieri, ho iniziato molto tardi ad averlo. Ho avuto delle persone che mi hanno sicuramente cercato di aiutare al meglio allenandomi. Per farlo hanno dedicato tanto del loro tempo a cercare gli esercizi e a studiare. Si sono dedicati tanto anche senza l'esperienza del ruolo e oggi posso solo che ringraziare queste persone.

Mi descrivi la tua settimana tipo?

La settimana tipo è composta solitamente da 3 allenamenti (lavoro permettendo) martedì mercoledì e venerdì....le prime due giornate solitamente ci si trova per la maggior parte del tempo impegnate a parte rispetto alla squadra mentre il venerdì, essendo l'ultimo giorno prima della partita, si è più coinvolte con la squadra. Le prime due giornate ci si concentra sulla forza, la coordinazione, la rapidità, i gesti tecnici mentre il venerdì si lavora sulla reattività e su fasi situazionali che potrebbero svilupparsi in gara. Comunque dipende tanto anche dalle condizioni fisiche e dalle necessità anche dell'allenatore.



E' cambiato il tuo modo di allenarti negli anni?

Il modo di allenarmi negli anni è sicuramente cambiato. Ho trovato preparatori specifici per questo ruolo che è molto particolare. L'unica cosa che ad oggi non è cambiata è il mio modo di pensare gli allenamenti e quello che pretendo da me in ogni fase.

Quanto può incidere in gara l'aspetto mentale e come lo alleni?

L'aspetto mentale incide molto in qualsiasi ruolo ma in quello del portiere l'aspetto mentale fa decisamente la differenza. Quello del portiere è un ruolo in cui dicono tu debba essere un pochino pazzo per poterlo fare. Forse un pizzico di pazzia ci vuole a mettere le mani e la faccia fra i piedi degli avversari. Ma la pazzia è qualcosa che sta ad un'estremità.....per il portiere serve un mix di estremi la cui somma crei un equilibrio.



Quali sono le qualità che dovrebbe avere un portiere?

Le qualità del portiere quindi possono essere le più disparate e sicuramente si possono trovare qualità che si contraddicono una con l'altra ma necessarie per il giusto equilibrio.....e sì, un pochino di follia magari anche ci sta.

Piano piano il calcio femminile sta trovando una sua credibilità, ma la strada è ancora molto lunga, i pregiudizi, secondo i quali i portieri nel calcio femminile sono meno atletiche e performanti rispetto a quelli maschili secondo te da cosa possono derivare?

Il calcio femminile ha tantissima strada da fare. Probabilmente solo ora si sono iniziate ad impostare delle basi che andranno regolate e rese più solide per poi iniziare la costruzione di un movimento che in altri Paesi è già forte. Penso che il paragone fisico/atletico fra femminile e maschile sia un paragone sbagliato in quanto qualsiasi sia la disciplina sappiamo che il corpo maschile ha una forza diversa rispetto alla donna. Le partite in genere sono diverse. Il calcio femminile magari è meno rapido e sviluppa meno potenza ma è più tecnico.

Secondo tePortiere si nasce o si diventa?

Secondo me portiere si nasce e si diventa. Si nasce perché si deve avere qualcosa di diverso dentro e si diventa perché quel qualcosa va nutrito per farlo crescere.

C'è stato un periodo o comunque un momento difficile che hai dovuto affrontare in campo? E come ne sei uscita?



campo ho vissuto sicuramente più di un momento difficile.....pretendo molto dal mio ruolo e da me stessa quindi gli errori commessi in campo mi sono pesati molto e li ricordo ancora. Sono testona quindi ho lavorato ancora più a testa bassa per cercare di migliorare.

Il complimento più bello che hai ricevuto da un avversario, da un mister o comunque dagli addetti ai lavori?

Ricordo con piacere le parole di Gaëlle Thalman, portiere con un Curriculum invidiabile che abbiamo conosciuto anche nel nostro campionato italiano di serie A in un quarto di finale di Coppa Italia. Alla fine della stessa partita non dimentico anche una frase di Raffa. Poi ricordo e mi fanno sorridere ancora le parole di alcune compagne di squadra, persone di esperienza che mi hanno aiutata tanto.

Mi descrivi la parata più bella che ti è rimasta nel cuore?

Sarebbe scontato dire che la parata più bella la devo ancora fare? Una delle parate che ricordo è su un colpo di testa indirizzato all'incrocio dei pali...a colpire però è stata una mia compagna di squadra!! Le parate che hanno permesso di aiutare la squadra a fare punti sono sempre belle.

Hai avuto o hai un modello a cui ispirarti?

Non so se definirla un modello ma la tedesca Nadine Angerer è stata sicuramente un grande portiere! Anche qui in Italia abbiamo avuto delle Signore portiere come Brenzan e Brunozzi. A questi nomi aggiungerei anche Chiara Marchitelli.

Quali consigli ti senti di dare ad una ragazza che si vuole avvicinare a questo ruolo?

Ad una ragazza che vuole avvicinarsi a questo ruolo voglio dire: DIVERTITI! Non lasciarti sopraffare dalla paura e non farti ostacolare dalle parole, dai giudizi e dai pregiudizi che troverai lungo il percorso. Lavora sodo e non mollare mai soprattutto quando pensi di essere arrivata in alto.

Il portiere che ritieni più forte in questo momento?

Non saprei dirti quale sia il portiere più forte del momento.



Non saprei dirti quale sia il portiere più forte del momento.

Hai pensato se in un futuro vorrai intraprenderai la carriera da allenatore?

In futuro vedremo.....per ora resto dall'altra parte!