

Primo Piano - *Tennis, Sinner si racconta: "Il corpo è l'unico avversario che non puoi battere"*

Roma - 27 ott 2026 (Prima Notizia 24) **Il numero uno al mondo parla al quotidiano La Repubblica del lungo stop per l'infortunio al ginocchio, delle sue passioni, della rivalità con Alcaraz e del legame con la famiglia.**

Lontano dai campi di gioco dallo scorso 12 luglio, giorno del trionfo in finale a Wimbledon contro Sascha Zverev per il riacutizzarsi di un problema al ginocchio, Jannik Sinner ha tracciato un bilancio del suo percorso di recupero in una lunga intervista rilasciata al quotidiano La Repubblica. Il tennista altoatesino sta affrontando la riabilitazione con la prospettiva di un rientro graduale al vertice del circuito mondiale, con un possibile primo test programmato all'esibizione del Six Kings Slam a fine anno. "Pazienza è la parola giusta per questo periodo. Il corpo è l'unico avversario che non puoi battere, quando ti dice stop devi accettarlo e seguire i consigli degli specialisti", ha confidato il campione azzurro. "Gli infortuni fanno parte dello sport, bisogna essere intelligenti e capire quanto e quando giocare. Serve avere una visione a lungo termine, non c'è solo l'oggi, si semina ora, ma il raccolto ha altri tempi. E la differenza la fa sempre il lavoro, la preparazione che fai, non la fortuna. Quella aiuta a vincere un punto, non la partita". Durante le settimane di stop forzato tra palestra, campo e terapie, il tennista ha dedicato tempo agli affetti e a nuovi interessi: "Sono andato a Monza a vedere la F1 e a Milano alla sfilata di Gucci, ho giocato un po' di più alla Play e ho iniziato a leggere un libro di 600 pagine, Io uccido, di Giorgio Faletti. Fermo non ci sono mai stato e non ho voltato le spalle al tennis perché lui mi ha fatto del male. Anzi ho sempre lavorato molto sia in palestra che in campo e con i fisioterapisti". Nel corso dell'intervista c'è stato spazio anche per analizzare il dualismo sportivo con Carlos Alcaraz, con cui non incrocia la racchetta dalla semifinale di Monte-Carlo: "Non siamo tutti uguali, i contrasti esaltano. Magari io vengo vissuto come il campione disciplinato e ostinato e Carlos come quello mediterraneo e stravagante. Questa è la cosa bella, avere qualcuno che ti spinge al limite. E il tennis ha sempre vissuto di questo: da Borg-McEnroe a Sampras-Agassi fino a quando la rivalità a due è diventata a tre con Federer-Nadal-Djokovic". L'altoatesino ha aperto una parentesi sul rapporto d'amicizia con il pilota Kimi Antonelli, prossimo alla conquista del titolo mondiale in Formula 1: "Con Kimi parliamo di tutto. Di come ci si relaziona con gli altri, delle persone che abbiamo attorno, di come fare in certe situazioni. Facciamo sport diversi, lui ha 20 anni, io 25, ma ci confrontiamo molto". Poi una riflessione sui giovani nello sport ad alto livello: "Perché aver paura che troppa gioventù produca guasti? E se invece offrisse nuovi orizzonti e aiutasse a mettere in mostra qualità che ancora nessuno ha visto? Lasciateli giocare, i ragazzi. Kimi Antonelli ha esordito che non aveva ancora la patente e, a proposito, io quella per le moto sono finalmente riuscito a prenderla. Se uno si merita il successo non vedo problemi, così come hanno il diritto di stare in campo Messi e Cristiano Ronaldo,

anche se non sono più teenager, senza dimenticare Djokovic". Ripensando al passato, Sinner ha ricordato il momento del distacco dalla famiglia nel 2014, quando a tredici anni lasciò San Candido per trasferirsi a Bordighera: "Vorrei cancellare ciò che ho provato il giorno in cui sono andato via di casa. Lo strazio di quando a 13 anni e mezzo, a Milano, ho salutato mio padre perché le nostre strade si separavano e un filo si spezzava. Ci stavamo lasciando, piangevo io per lo strappo, ma anche lui. Di quel giorno lì farei a meno, fu un'emozione troppo forte". Al giovane Jannik di dieci anni fa, il tennista consegnerebbe oggi la lezione maturata sul campo: "Gli direi ciò che ho imparato: il talento senza lavoro non è niente. Devi fare scelte, valutarne le conseguenze, seguire la tua meta. Gli direi di vivere bene quei momenti, non ho rimorsi, non gli consiglierei di cambiare strada, ma di scegliere bene le persone di cui circondarsi. Non sono pentito, la mia famiglia c'è sempre stata, ho sempre potuto contare su un papà bravo anche in cucina". Tra i ricordi più preziosi, infine, l'azzurro non inserisce i successi nei tornei del Grande Slam ma la semplicità della vita quotidiana: "La purezza di una domenica d'inverno con i miei amici a sciare sulle Dolomiti. La sensazione di una bella giornata facendo una cosa che ti piace. Un gruppo di ragazzi che vuole divertirsi. Ci metterei anche un qualsiasi momento con la mia famiglia e uno sui go-kart dalle parti di Cuneo con Antonio Giovinazzi e Giulio Ciccone. A me la velocità piace, non è un mistero. Ho bisogno dell'adrenalina, di tenere lontana la noia".

(Prima Notizia 24) Martedì 27 Ottobre 2026

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
E-mail: redazione@primanotizia24.it