

**200 METRI**

**Soggetto di serie**

*200 metri* è un teen drama sportivo, un coming of age con un'arena molto specifica che caratterizza la vita di Chiara, una sedicenne determinata a diventare una medaglia d'oro olimpica nei 200 metri stile libero.

La storia inizia quando l'allenatore della squadra di Chiara ha un infarto e muore sul colpo. A sostituirlo arriva Federico, un allenatore severo, un ex atleta convinto che la vita sia pesantemente in debito con lui, che ha in testa di rendere Chiara una campionessa ad ogni costo e che pensa che quella con la quale si confronta sia una generazione di ragazzi e ragazze allergici alle responsabilità e al lavorare sodo per ottenere qualcosa.

Chiara si confronta tutti i giorni con la madre - mai davvero convinta che il nuoto sia effettivamente una carriera - sia lascia con la migliore amica Ambra, affronta la separazione dall'ex ragazzo Giacomo e inizia a provare delle cose inaspettate per un'altra ragazza più grande di nome Marianna. Sono tutte relazioni che la contraddistinguono, la sfidano, tutte però la spingono a stringere un rapporto sempre più stretto e viscerale con Federico, quest'uomo che un giorno la considera una semidea del nuoto e il giorno dopo una scansafatiche destinata alla sconfitta, una relazione che ben presto diventerà per Chiara l'unica nella quale sentirsi valorizzata.

Per la protagonista di questa storia la piscina è un tempio e il nuoto una religione, approccia la sua vita in funzione del suo obiettivo, convinta che se riuscirà a toccare il blocchetto prima delle sue avversarie tutto il resto scomparirà. In realtà nel mezzo ci sono tante altre cose, in primis l'appropriazione della femminilità in un contesto culturalmente maschile. Lo sport, specialmente in età adolescenziale, è visto ancora come un obiettivo per un ragazzo e come un passatempo per un ragazza. Poi ci sono i suoi rapporti familiari, con una madre incapace di capire le esigenze della figlia e con un padre assente, che tornerà nella vita di Chiara gettandola in una voragine di paure e insicurezze. La risposta è sempre Federico, un uomo che ha deciso di non aver paura di niente, nemmeno di se stesso, e vede in Chiara la possibilità di prendersi una grossa rivincita nei confronti del suo passato. *200 metri* è un racconto che parla di una generazione, ma che per farlo ne incrocia molte altre, portando alla luce tutte le contraddizioni che si portano dietro i rapporti di un'adolescente con il mondo intorno a lei.

## I PERSONAGGI

### **Chiara**

Sedici anni di acqua nelle orecchie, capelli umidi, vapore negli occhi e tanto freddo preso d'inverno dalla piscina alla fermata del bus che la riporta a casa ogni sera. Ha imparato a nuotare da piccola, al mare, riuscendo poi a convincere sua madre a iscriverla a un corso di nuoto. A Chiara è piaciuto così tanto che dalla vasca non è più uscita. A 12 anni conosce Roberto, il suo primo allenatore, che rimane impressionato dal talento e dalla dedizione di quella che è poco più di una bambina. Prova a convincere la madre di lei a farla gareggiare, ma Stefania, che non ha mai visto una gara di nuoto in vita sua, pensa che passare all'agonismo intaccherà le performance scolastiche di sua figlia. Ci vogliono altri due anni, alla fine Chiara riesce a convincere sua madre e si unisce alla squadra. Roberto aveva ragione, la ragazza è fortissima, si specializza sullo stile libero e il delfino, non è una velocista, ma nemmeno una fondista, i 200 metri sono la sua distanza.

Chiara non parla molto. Sua madre cerca di trasformarla in una piccola attivista da quando lei ha memoria. Il suo giorno più brutto è stato quando durante una marcia per il Pride si è ritrovata a piangere in mezzo alla strada mentre guardava negli occhi una signora brutta e alta. Aveva 4 anni. La madre non l'ha mai messa al primo posto, ma neanche all'ultimo e non avendo altri termini di paragoni, per Chiara è iniziato a bastare questo. Nel nuoto trova la sua voce, il suo modo di esprimersi; quando è in vasca è testarda, caparbia, umile, non si accontenta quasi mai dei suoi risultati. In Roberto ha trovato non solo un allenatore, ma una figura paterna della quale aveva disperato bisogno. Lui la aiutava con i compiti, la andava a prendere quando c'erano le gare fuori città, la aiutava a far capire a sua madre che un 5 alla versione di latino non è poi la fine del mondo. Quando non è in piscina Chiara, anche se non lo ammette, ha bisogno di punti di riferimento e il più stabile nella sua vita (oltre al suo orsetto viola di peluche, si intende) è Ambra, la sua migliore amica, una macchinetta spara-parole che la fa ridere e la fa sentire protetta. Chiara sa perfettamente cosa vuole diventare, ma senza una guida ha paura di perdersi. Quando Roberto muore sente il mondo franarle sotto i piedi, per di più deve gestire un ex ragazzo che sembra molto più bravo di lei a con questa cosa della rottura.

Chiara ha un padre che vive in Svizzera, lei l'avrà visto dieci volte in tutto, e non è interessata ad approfondire il rapporto. È convinta che nessuno la conosca fino in fondo, ma non si è nemmeno mai chiesta quanto si conosca lei stessa veramente.

### **Federico (l'allenatore)**

Ex promessa del nuoto mondiale, a 24 anni fa un incidente in moto che gli costa la carriera e da quel giorno cerca una chance per riprendersi quello che la sorte gli ha ingiustamente sottratto. Adesso di anni ne ha 40, prima di accettare l'incarico alla Swim Torino faceva parte dello staff tecnico della nazionale juniores maschile. Ha accettato l'incarico per un motivo e uno soltanto: Chiara. L'ha vista gareggiare un paio di volte, probabilmente non aveva mai visto nessuna con il suo talento, quando ha sentito che c'era l'opportunità di diventare il suo allenatore non ha esitato un momento. Federico non ama i compromessi, ha una grande opinione di se stesso, ha un'ex moglie che vede il meno possibile e un figlio adolescente, Marco, che non è minimamente interessato allo sport che va in classe con Chiara. Quando Federico era piccolo sua madre lo ha convinto che avrebbe potuto fare tutto ciò che desiderava se si fosse impegnato a sufficienza e se avesse agito con buon senso, ma dopo l'incidente non crede più in queste cazzate paternalistiche. Se vuoi raggiungere un obiettivo, devi metterlo al primo posto e fare tutto ciò che è in tuo potere affinché accada. Allenare delle adolescenti non è mai stato nei suoi piani e il suo modus operandi ricorda più quello di un generale dell'esercito che non quello di un mentore. L'ultima visita da uno psicologo risale ai tempi dell'incidente, poi ha ritenuto superfluo portare avanti un lavoro su se stesso. Non ha paura di dire la sua verità, distingue il mondo tra chi ce l'ha fatta e chi ha trovato delle scuse. Il suo obiettivo è quello di rendere Chiara una campionessa, costi quel che costi, ma si accorge che il suo è un impatto tangibile su tutte le ragazze e questa cosa gli piace, lo fa sentire al comando, potente. Esattamente come Chiara non ha altri interessi all'infuori del nuoto e il rapporto con suo figlio ne risente parecchio. È egoista, scontroso, determinato, ha imparato che se non è lui a mettersi al primo posto nessuno lo farà per conto suo. Quando si avvicina a Chiara ne comprende ansie e insicurezze, ma la sua risposta è comunque quella di un bulldozer: la vita continuerà a darti calci, l'unica alternativa a prenderle e decidere di ridarle a tua volta.

### **Marianna (la crush)**

Tuffatrice di 21 anni, con la passione per le commedie romantiche e la tequila. Marianna è nata a Belluno, si è trasferita a Torino per fare l'università, dopo la carriera da atleta vorrebbe diventare un'avvocata, anche se coniugare gli allenamenti e la facoltà di Giurisprudenza non è la cosa più facile del mondo. I suoi genitori, come la madre di Chiara, speravano che la figlia non proseguisse la carriera agonistica, e forse il desiderio di diventare avvocatessa è più legato alle parole dei genitori che non alla sua volontà. Marianna è spiritosa, estemporanea, rilassata, le piace un sacco Torino e pensa che sia la città dove vuole vivere da adulta. Il suo sogno più grande è quello di andare alle Olimpiadi, ma nei giorni bui pensa di non avere abbastanza talento e il problema, per brutale che sia, è che probabilmente ha ragione. Forse è anche per questo che non mette tutta se stessa né negli allenamenti, né nell'università: è in quella fase della vita nella quale capire cosa si vuole per davvero è un'impresa titanica.

Lesbica, fatto coming out a 15 anni, i genitori l'hanno presa abbastanza bene, anche se sono tutt'ora molto imbarazzati quando la vedono insieme a un'altra ragazza. L'unica relazione seria che ha avuto è durata due anni, quando è stata lasciata ha pianto per una settimana, ma adesso pensa di stare bene. Quando guarda Chiara vede una persona spaventata e insicura, una persona che muore dalla voglia di abbracciare, ma anche la più sincera e gentile ragazza che abbia mai conosciuto.

### **Ambra (la migliore amica)**

Capelli castani lunghissimi, un occhio verde e uno giallo, un fisico diverso da quello che ci si può immaginare per una nuotatrice, Ambra è la migliore amica di Chiara. Le due ragazze sono conosciute alle elementari, all'inizio si odiavano, perché Ambra continuava a dire che Chiara non voleva giocare con nessuno, che era antipatica, poi la bambina un giorno le ha spiegato che era soltanto timida, e Ambra si è sentita in colpa e le ha tagliato i capelli per sdebitarsi. Chiara ha portato il cappello per un mese.

Ambra è solare, iperattiva, prende tutto come se fosse un gioco, perché le cose serie sono di gran lunga le più sopravvalutate. Da piccola faceva tremila attività tutte insieme, poi quando Chiara le ha chiesto di fare i provini per la squadra di nuoto non ha saputo dirle di no. Ambra è una ranista, ha dei buoni tempi per la sua età, ma non è di certo una nuotatrice di interesse

nazionale. I suoi genitori l'hanno sempre sostenuta in qualsiasi cosa, ad Ambra piace molto il nuoto, ma non pensa di volerne fare il suo futuro. Va anche molto bene a scuola, ma pensa di non aver trovato ancora una passione a cui dedicare la sua vita. Quando Chiara si è lasciata con Giacomo lei le è stata vicina, anche se, a voler essere onesti, a lei lui piaceva da prima..

### **Stefania (la madre)**

Nasce il 22 maggio del 1978, il giorno in cui viene promulgata la legge sull'aborto in Italia. Nata in una famiglia borghese nell'hinterland torinese, Stefania cresce con un'educazione cattolica, guarda il Festival di Sanremo con i suoi genitori, ma un giorno, a scuola, un suo compagno di classe le fa ascoltare The Wall, l'album dei Pink Floyd. Da lì in poi, cambia tutto. Stefania inizia a partecipare alla politica studentessa, va a fare l'università a Roma giurando che non tornerà mai più a casa. A Roma fa la squatter per qualche anno, si paga l'università da sola, si laurea in Scienze Politiche, si iscrive al PDS, fa propaganda per le strade, collabora con un'associazione che si occupa di fornire pasti ai meno abbienti, guarda il risultato delle elezioni in una delle sedi del partito e poi cade in depressione. Ha vinto Berlusconi, è tutto vero.

Stefania torna a casa, mette in dubbio la sua intera esistenza, torna all'università, si mette a studiare e basta, vuole capire dove ha sbagliato, nel frattempo perde la testa per Massimo, dottorando in filosofia, rimane incinta, non sa cosa fare, questa figlia però la vuole e le fa capire quale dovrà essere la sua battaglia. Quando nasce Chiara, Massimo mette subito in chiaro che lui non vuole avere nulla a che fare con questa storia della paternità e Stefania inizia la sua lotta in favore dei diritti delle donne. Continua la sua carriera accademica, diventa professoressa associata, partecipa ad ogni manifestazione, fonda un collettivo femminista, qualsiasi cosa pur di lasciare un segno, il problema è che non è proprio facile da spiegare a una figlia che non ci sei per un paio di giorni perché a Verona vogliono far passare una legge contro l'aborto. Il rapporto con Chiara è conflittuale, lei cerca di renderla una piccola attivista, mentre Chiara pensa solo al nuoto. La madre non è mai andata a vederla gareggiare.

### **Veronica (la rivale)**

Un anno più grande di Chiara, dopo di lei è la più forte in squadra, si dice che sua madre la alleni da quando era nella culla, e in parecchi non fanno fatica a crederci. Veronica è cresciuta

in una famiglia di ex sportivi, la madre giocava a tennis, il padre a pallavolo, entrambi sono convinti che il vero fenomeno della famiglia sia lei. Veronica è cresciuta a pane e allenamenti, ha sviluppato un'insicurezza latente che le genera attacchi di panico dei quali non parla con nessuno, deve stare attenta a ciò che mangia, a chi frequenta a quanto tempo passa sui libri e quanto in vasca. Gareggia sulla stessa distanza di Chiara, da quando ha quattordici anni ha smesso di guardare tutte le altre dal gradino più alto del podio e questa cosa non è ammissibile. Prova un'invidia potente nei confronti di Chiara, quando arriva il nuovo allenatore fa di tutto per entrare nelle sue grazie e in effetti, una con la sua etica del lavoro, non ci mette tanto. Veronica è stanca di arrivare seconda, di avere fame durante il giorno, di non poter ubriacarsi, di andare a dormire alle 22:30.

### **Marco (l'alleato inaspettato)**

Figlio di Federico, capelli neri e ricci, occhio ceruleo, un po' di pancia, Marco va in classe con Chiara e Ambra, adora la letteratura greca e la storia dal medioevo in poi. Da bambino preferiva stare in cucina con la madre che non in giardino a giocare a pallone con il padre. L'unico sport che pratica Marco è il salto sul divano, vuole diplomarsi con 100 e lode e poi magari andare a vivere in qualche parte del mondo dove faccia veramente caldo e dove si parli una lingua incomprensibile. Tutto, pur di scappare dalla monotonia abulica dell'appartamento di suo padre. Marco è curioso, determinato, un buon ascoltatore, ma di certo non impazzisce per le cause perse, come ad esempio Chiara e il pensiero di Platone. Quando diventa il suo tutor è parecchio seccato, anche perché a Chiara sembra non fregare assolutamente niente della scuola, è fissata con il nuoto e lui non ne comprende il motivo, anzi, un po' la disprezza anche per il rapporto che stringe con Federico. Conoscere Chiara lo farà dubitare su chi vuole essere veramente e lui non riuscirà a togliersi dalla testa il sorriso di lei.

### **Giacomo (l'ex)**

Come si dice alla tua ex ragazza che ti sei innamorato della sua migliore amica? Giacomo è il classico ragazzo della porta accanto al quale Chiara non aveva mai nemmeno regalato uno sguardo. A 14 anni quello sgorbio con i capelli sempre tagliati male e le magliette sporche di maionese, beh, guadagna dieci centimetri e finalmente fa visita a un parrucchiere. Giacomo si

mette con Chiara l'estate dopo il primo anno del liceo, attraversano i primi passi del sentimento insieme, scoprono la loro sessualità, Giacomo la sostiene con il nuoto anche se non fa mai un grande sforzo per capire la passione della sua ragazza. Lui non trova il nuoto particolarmente interessante, non capisce perché Chiara non voglia andare in discoteca il sabato sera e quando guardano un film nessuno dei due è pienamente soddisfatto della scelta dell'altro. Giacomo vuole bene a Chiara, quando lei decide di lasciarlo lui cade un po' dalle nuvole, si sente rifiutato, ma parlare con Ambra lo aiuta a capire le motivazioni della ragazza. Giacomo non vorrebbe mai ferire Chiara, ma a sedici anni non si è molto padroni dei propri istinti...

### **Massimo (il padre)**

Massimo ha 48 anni, insegna filosofia in un'università della Svizzera italiana, ha conosciuto Stefania ai tempi del dottorato a Torino ed è stata una storia breve ma intensa, che ha portato a Chiara come risultato. Massimo non ha mai nascosto la sua volontà di non avere figli e il fatto che la donna che frequentava sia rimasta incinta non ha cambiato le cose. Per i primi dieci anni della vita della bambina non si è praticamente mai fatto vivo, poi ha iniziato ad aiutare Stefania con le spese, sempre in una misura molto inferiore rispetto a quello che potrebbe fare se volesse. La donna è stata sempre restia a permettere a Chiara di avere un rapporto con suo padre, e Massimo non ha mosso mari e monti per essere presente nella vita della figlia. La vede la prima volta quando lei ha dodici anni e da allora capisce che non può più pensare che quella bambina non sia parte della sua vita. La va a trovare una volta all'anno, le compra regali, cerca di interessarsi al nuoto, insomma, è poco meno di uno zio neanche troppo simpatico. Non ha mai avuto una relazione importante, fino a quando non conosce questa apicoltrice svizzera con la quale trova finalmente stabilità, gli piace, e quando lei lo lascia Massimo capisce che è arrivato un punto della sua vita in cui ha bisogno di quella stabilità. Lui una famiglia ce l'ha, forse è ora di tornare da loro.

## GLI EPISODI

**Episodio pilota:** Chiara ha sedici anni. Indossa una cuffia in silicone fucsia che le nasconde i capelli biondi, tagliati corti. Lo speaker annuncia il suo nome e la corsia di riferimento. La ragazza accenna un sorriso, si aggiusta gli occhialini affinché aderiscano perfettamente al suo viso. Sale sul blocchetto di partenza, lancia un ultimo sguardo all'orsetto di peluche di colore viola, appoggiato ai piedi del trampolino di partenza. *On your mark. Set.* Poi solo il fragore dello sparo e il penetrante rumore delle onde create dalla sua bracciata.

Un'ordinaria giornata in ufficio per la campionessa italiana Juniores dei 200 metri stile libero, un'altra vittoria nella sua gara, con ampio margine sulle rivali, utile a staccare il pass per le regionali Cadetti, il suo prossimo obiettivo. La sua smorfia di concentrazione, mentre guarda il tempo sul tabellone, viene assorbita dalle urla delle persone a bordo piscina che accorrono a soccorrere un uomo accasciato in terra. Chiara esce il più in fretta possibile dalla vasca, ma il capanno di gente formatosi intorno alla scena le impedisce di vedere con nitidezza, fino a quando si rende conto che la persona sdraiata in terra è il suo allenatore. Il tempo di un amen che Ambra, compagna di squadra e migliore amica di Chiara, la trascina lontano dalla scena.

Due spaventatissime sedicenni, caracollano tra le corsie dell'ospedale e riempiono di domande l'infermiere di turno, il quale non ha informazioni per loro, sa solo che il paziente è stato portato d'urgenza in rianimazione. Si fa tutto più chiaro quando appare la moglie del loro allenatore, incapace di trattenere un pianto straziante: l'uomo che era stato un marito e un mentore ha avuto un infarto, è morto sul colpo, non c'è stato nulla da fare. Ambra scoppia a piangere tra le braccia di Chiara, la quale non dice nulla, rimane a guardare nel vuoto, mentre accarezza i capelli della sua amica.

Stefania, la madre di Chiara, è corsa in ospedale preoccupata, ed è molto sollevata quando apprende che almeno sua figlia sta bene. La carica in macchina, dal borsone di Chiara fa capolino l'orsetto porta fortuna.

Siamo a Torino, precisamente tra Aurora e Borgo Vittoria, in un elegante trilocale che si affaccia sul fiume, con delle finestre grandissime che riempiono di luce la stanza di Chiara non appena il sole sorge. La ragazza, ovviamente, non ha dormito quasi niente, divorata da un'esperienza che un'adolescente non dovrebbe vivere in prima persona. Dopo una rapida

colazione con la madre, la quale vorrebbe parlare con la figlia di quanto è successo, senza però trovare complicità dall'altro lato, Chiara si ritrova ancora disorientata a seguire una noiosissima lezione sul Principe di Machiavelli. Per fortuna a scuola c'è Ambra, una ragazza capace di illuminare una stanza o di mandare a fare in culo l'intera squadra maschile di nuoto quando le guarda il sedere. Nemmeno lei però quel giorno ha voglia di sorridere, e per di più adesso le due ragazze sono anche incerte sul loro futuro, su chi prenderà il posto del loro allenatore. A scuola c'è anche Giacomo, l'ex ragazzo di Chiara, il quale ha saputo della situazione e prova ad avvicinare quella che fino a poco tempo prima era la persona con la quale condivideva il suo mondo. Chiara però non ha voglia di parlarne, Giacomo è deluso, Ambra gli suggerisce di darle tempo, quello che è morto la sera prima era stato un allenatore, ma soprattutto un mentore per Chiara.

Le ragazze sono in piscina, nello spogliatoio regna un insolito silenzio, rotto da Veronica, la quale inizia a fare speculazioni sul profilo della persona che potrebbe allenarle. Sono commenti più che altro maligni, Ambra le mette a tacere, d'altronde lei è la capitana della squadra, un ruolo che anche Veronica pensa di meritarsi. Dopo il riscaldamento, la presidentessa della squadra si avvicina alle ragazze accompagnata da un signore sulla quarantina, alto, con i capelli corti, una barba appena accennata ben curata e un fisico scolpito nel marmo. È Federico, il nuovo allenatore, il quale si presenta alle ragazze con le sue credenziali: 5 anni nello staff tecnico della nazionale di nuoto maschile juniores e altri 5 alla guida di una serie di atleti con prospettive olimpiche. Non è disposto a scendere a compromessi, il suo limite per le sue atlete sarà la perfezione. Tutte le ragazze si girano verso Chiara, la quale non riesce a dire niente.

Dopo una sessione di allenamento durissima, le ragazze abbandonano la piscina, la madre di Ambra offre a Chiara un passaggio, ma lei preferisce prendere l'autobus. Una volta a casa si mette a fare ricerche su questo Federico, scopre che era un ex nuotatore, che ha subito un grave infortunio, che ha litigato con la federazione e se n'è andato sbattendo la porta. Si sente strana, non aveva mai conosciuto una persona che le imponesse la perfezione in quel modo.

A scuola è la solita solfa, ma c'è un nuovo arrivato, Marco, il quale si è trasferito da poco in città, scatenando la curiosità generale. A ricreazione Ambra gli fa il terzo grado e scopre che Marco è il figlio del loro nuovo allenatore, ma è lo stesso Marco a metterla in guardia: se fa l'allenatore come fa il padre sono cazzi loro. A Chiara scappa un sorriso, Marco ricambia, uno

scambio di sguardi minimo che non sfugge all'attenzione di Ambra, ma che Chiara minimizza immediatamente.

In palestra Chiara non è mai stata a suo agio, mentre Veronica riceve i complimenti di Federico per l'esecuzione degli esercizi. Il nuovo allenatore è molto seccato dalla poca propensione delle ragazze in sala pesi, dice di aver compilato un programma settimanale da associare alle sedute in piscina e annuncia di aver preparato anche una dieta che le ragazze dovranno seguire pedissequamente. Ambra è la prima a protestare, dopotutto non sono delle professioniste, ma Federico non registra nemmeno la protesta della ragazza, anzi, la invita a fare un'altra serie di ripetute al vogatore. Prima della fine dell'allenamento Federico annuncia la nuova capitana della stagione; Ambra prova a dire che hanno sempre fatto per votazione, ma il nuovo allenatore punta il dito verso Chiara e poi se ne va. Di nuovo, tutti gli occhi incollati verso la baby-prodigio che adesso però non riesce più a starci. Aspetta Federico fuori dalla piscina, lei vorrebbe che la capitana fosse Ambra, ma l'uomo le dice che sa perfettamente quello che sta facendo e che Chiara ha bisogno di capire che il talento, se non è supportato da una certa mentalità, non serve a niente. Chiara ha talento, ma deve imparare a essere una vincente. La raggiunge anche Ambra la quale le dice che non è una cosa grossa, ma Chiara sa che Ambra ci tiene ai gradi di capitana e parlerà di nuovo con Federico.

Il giorno dopo le ragazze sono tutte in abito nero, al funerale del loro vecchio allenatore. La moglie di quell'uomo ha sentito tanto parlare di Chiara e vorrebbe che fosse lei a tenere un breve discorso. La ragazza non pensa di esserne in grado, ma la sua voce rotta e il sincero ringraziamento alla persona che stanno commemorando, rendono il momento molto toccante. Chiara scende dal pulpito, esce dalla chiesa e scoppia a piangere, liberando tutte le emozioni che ha accumulato negli ultimi giorni.

A cena la ragazza comunica alla madre di essere stata scelta come capitana della squadra, anche se Stefania non sembra molto interessata alla faccenda, è invece molto preoccupata dal risultato insufficiente del compito di italiano, che fa sorgere una lite tra le due. Chiara si rifugia in piscina già la mattina presto, ma non è sola: Federico esce dalla piscina e la saluta, è contento che sia venuta così presto. La ragazza vorrebbe davvero non essere la capitana della squadra e Federico dice che è disposto ad accontentarla, ma se davvero basta così poco per spaventarla forse dovrebbe riflettere su quanto è disposta a impegnarsi per realizzare il suo

sogno. Chiara è titubante, quando arrivano le altre Veronica inizia a punzecchiare Chiara e come al solito è Ambra a difenderla, la quale chiede se ha di nuovo il posto da capitana. Chiara la guarda per un momento, poi dice che no, Federico non le ha lasciato scelta. Ambra è delusa, ma accetta, è il primo riscaldamento che Chiara guida da capitana, Federico la osserva soddisfatto.

**Episodio due:** Chiara fatica a tenere gli occhi aperti durante una lezione sull'ossido-riduzione che le fa pensare a quanto tempo stia sprecando fuori dall'acqua invece di allenarsi. Vicino a lei Ambra sgranocchia senza farsi vedere una barretta di cioccolato, contravvenendo alla ferrea disciplina alimentare imposta da Federico. A ricreazione le due parlano di questo allenatore che sembra impossibile da soddisfare, ma se l'atteggiamento di Ambra rispetta più quello di una persona che non vuole sottostare a un dittatore, quello di Chiara è meno giudicante dal punto di vista psicologico, perché riconosce l'impatto che può avere sulle loro prestazioni. Lo sguardo di entrambe viene catturato da Giacomo quando sentono il ragazzo scivolare dalle scalette del giardino della scuola, visibilmente provato dall'abuso di marijuana la mattina presto. Chiara si limita a guardarlo da lontano, per poi scappare in classe a vedere i video delle sue gare precedenti per capire dove poter migliorare. È Ambra a correre in soccorso del ragazzo, il quale in effetti è parecchio fatto. La ragazza lo trascina in bagno, gli prende un caffè dalle macchinette, a Giacomo sembra non interessare il tutto così Ambra gli molla un ceffone. Lui potrà anche essere a pezzi per la rottura con Chiara, ma non è un buon motivo per presentarsi a scuola in questo modo. Né tanto meno per non offrire. I due scoppiano a ridere, Giacomo conosce Ambra da anni, l'ha sempre vista come un maschiaccio dalla quale tenersi alla larga, eppure improvvisamente le sembra la ragazza più sorridente e determinata che abbia mai incontrato.

Le ragazze si allenano in piscina, Federico scandisce il ritmo come fosse un direttore d'orchestra, Chiara sbaglia una virata che non sfugge all'occhio attento dell'allenatore. La virata è da sempre il fondamentale che riesce meno bene alla giovane nuotatrice, Federico la incalza per avere una risposta sul perché di questo difetto, ma la ragazza non sa rispondere. Federico non è per niente soddisfatto, non sarà lui a dirglielo, ma finché la ragazza non avrà trovato una risposta resterà dopo le altre a provare la virata per un'altra mezz'ora. Ovviamente

tanti saluti all'autobus. C'è una corsa successiva, ma deve aspettare quasi un'ora, con la pancia che brontola e la rabbia addosso di non sapere perché sbaglia la virata. Fuori dalla piscina, Chiara è rintanata all'interno del suo cappotto di due taglie più grande, comprato in saldo al centro commerciale, quando viene avvicinata da Marianna. Alta, capelli lunghissimi e neri, occhi color nocciola, l'ha vista sbuffare un paio di volte, pensava che avesse bisogno di una sigaretta. Chiara accetta, le due si nascondono sul retro per non farsi vedere. Marianna è più grande di Chiara, è una delle atlete più interessanti del panorama nazionale nei tuffi, si allena nella stessa piscina dove si allena Chiara, anche se le due prima non si erano mai incrociate. La tuffatrice prova a fare delle domande sul cattivo umore della sua interlocutrice, la quale però risponde a monosillabi e colpi di tosse, visto che avrà fumato sì e no due sigarette in tutta la sua vita. Marianna è molto sicura di se stessa, le dice che non dovrebbe pensare di essere dalla parte del torto solo perché qualcuno dice così. Delle volte gli altri sono semplicemente dei coglioni. A Chiara scappa un sorriso e quando la guarda negli occhi le tremano anche un po' le gambe. Marianna le offre un passaggio, che però Chiara rifiuta dal momento che passerà l'autobus a momenti.

Quando torna a casa sua madre le ha lasciato la cena in caldo, è stranamente "materna", non un bel segnale. Stefania vorrebbe andare, insieme alla figlia, a una manifestazione in favore della parità salariale tra uomini e donne, adducendo che se davvero Chiara vuole fare la nuotatrice è importante anche per lei, il *gender pay gap* è un tema molto rilevante anche nello sport. Chiara odia le manifestazioni, sua madre lo sa benissimo, ma questa volta la determinazione di Stefania ha la meglio e la figlia acconsente in cambio del controllo del telecomando per una settimana intera.

A scuola Chiara fa scena quasi muta all'interrogazione di filosofia. Ambra è preoccupata per il rendimento scolastico della sua amica, ma Chiara non vuole dargli troppo peso, continua a pensare alla risposta giusta da dare a Federico su quella storia delle virate.

All'allenamento Chiara non si risparmia minimamente, quando arriva il momento della simulazione della gara si divora le avversarie, nonostante Veronica l'avesse stuzzicata riguardo alle sue doti migliori in virata. Chiara pensa di essersi riconquistata la stima di Federico, ma l'allenatore la pensa molto diversamente: non è contento della subacquea, non è contento della sparata iniziale e soprattutto ancora non è contento della virata. Veronica sogghigna, questa

volta Chiara sbotta e risponde per le rime a Federico, il quale, senza fare una piega, le dice che ha vinto un allenamento extra di domenica mattina. La ragazza è incazzata nera, Ambra prova a farla ragionare, ma non c'è verso.

Alla manifestazione Chiara è di pessimo umore, vorrebbe essere da tutt'altra parte, ma tra la folla scorge il profilo di Marianna, che urla orgogliosa il diritto alla parità di salario. Chiara non vorrebbe farsi vedere, ma è proprio Marianna a correrle incontro, la abbraccia, è contenta di vederla e di sapere che tiene a certe cose. Chiara è in imbarazzo, articola a malapena una risposta, una ragazza tira verso di sé Marianna, le stampa un bacio sulla bocca e se la trascina di nuovo tra la folla. Marianna dice a Chiara di cercarla una volta arrivate in piazza e poi si riunisce alla sua comitiva. Vedere quel bacio è stato strano, Chiara sa soltanto che non vuole stare lì, vede che sua madre è particolarmente presa dalla fiumana di gente e decide di sgattaiolare via.

A casa scorre un po' su Instagram, vede che Giacomo è a una festa ubriaco e che Ambra è alla stessa festa con altre compagne di squadra. Lei ha la sveglia fissata prestissimo, quindi niente festa, non che morisse dalla voglia di andarci, però questo allenamento di domenica mattina è davvero un colpo basso.

Chiara è al parco. Raggiunge Federico che sta ascoltando qualcosa con le cuffiette. Gli chiede perché un allenamento al parco, e prima che lui possa rispondere gli dice che a queste condizioni lei non vuole essere né la capitana né un membro della squadra, perché si sente ingiustamente attaccata e sottovalutata. Federico la sfida: lui non vuole che lei sia la migliore tra le Cadetti, lui vuole renderla una campionessa, e una campionessa non si accontenta, una campionessa va oltre il dolore e la collera, una campionessa non accetta di battere quella sfigata di Veronica di qualche decimo, deve umiliarla ogni volta che va in vasca. La ragazza prova un sadico piacere quando sente il suo allenatore che definisce Veronica una "sfigata". Federico è convinto di poterla rendere una campionessa, ma solo se Chiara accetterà la realtà: il limite è la perfezione e lei deve fare di tutto per raggiungerla. Chiara annuisce, ha uno sguardo concentrato e allo stesso tempo che trasmette una profonda ammirazione per l'uomo che le sta di fronte.

**Episodio tre:** Cheesecake ai lamponi e tè freddo al limone per Chiara. Bavarese al cocco e tisana alla fragola e rooibos per Ambra. Le due amiche hanno istituito la tradizione della torta *Da Barbara* quando hanno iniziato le scuole medie. Ci vanno una volta a settimana, il sabato dopo scuola, è un momento che adorano entrambe e anche quel sabato sono sedute nel dehors a godersi il loro dolce preferito e scambiare quattro chiacchiere con la proprietaria. Chiara però lascia a metà la sua cheesecake, un evento più unico che raro, tanto che Ambra prima ridacchia, ma poi torna seria. Chiara le dice che secondo lei ha ragione Federico, che se vuole davvero qualificarsi anche nei 200 delfino non può cullarsi sul suo talento, deve migliorare tanto e la cheesecake non aiuta. È la prima volta che Ambra sente un discorso del genere, lei non è particolarmente contenta di come Federico le spinga oltre i loro limiti, ma d'altronde lei non ha mai avuto la determinazione di Chiara, la quale tra l'altro spegne una sveglia sul cellulare e dice che deve scappare.

In una piscina deserta, Chiara e Federico sono entrambi in acqua, con la prima che prova la subacquea a delfino e il secondo che la guarda concentrato. Lui certo non si aspettava di ricevere una chiamata per fissare addirittura degli allenamenti supplementari, Chiara gli chiede se gli ha impedito di fare altro, ma Federico rimane sul vago, poi Marco è anche più contento quando suo padre non è a casa.

Ambra è in camera sua che cazzeggia al cellulare, quando riceve un messaggio vocale da Giacomo, il quale le chiede se ha parlato con Chiara. Già, perché alla festa alla quale Chiara non è andata è successo che Ambra e Giacomo si sono trovati a bere e fumare insieme, a ridere insieme, e quando lui le si è avvicinato lei lo voleva un sacco, ma adesso non sanno come gestire la cosa con quella che sarebbe l'ex ragazza di uno e la migliore amica dell'altra. Ambra decide di invitare Chiara a bere una cosa, il bacio con Giacomo è stato per distacco il momento più bello della serata, ma è importante chiarire subito le cose prima che lei lo venga a sapere da qualcun altro.

Si trovano al bar sotto scuola, l'atmosfera è goliardica, Ambra sembra aver bisogno di coraggio liquido molto più dell'amica, la quale sorseggia un campari mentre parla del suo allenamento extra con Federico. Ambra questa volta non commenta, le dice che le deve dire una cosa, ci prova, non è così facile, poi nota Marco tra la folla e lo invita al loro tavolo. Chiara non capisce, il ragazzo si siede, ha una birra, dice che aveva bisogno di uscire di casa, che non

aveva voglia di stare con suo padre. Ambra ci scherza, Chiara si sente attaccata, non capisce perché, ma pensa che queste persone, compresa la sua migliore amica, non dovrebbero parlare così di Federico. Nella discussione viene fuori anche la verifica di matematica, Ambra si considera da sempre una pessima tutor, ma Marco è bravo, potrebbe aiutare Chiara. Al ragazzo farebbe piacere, Chiara è decisamente meno convinta, quando il ragazzo se ne va se la prende con la sua amica, non capisce perché debba sempre fare così, aiutare le persone senza che nessuno glielo chieda. Chiara si alza e la lascia lì, di nuovo, e Ambra si rende conto di aver sprecato un'altra occasione per parlarle di Giacomo, ma non capisce cosa abbia fatto scattare tutto questo nervosismo.

La verifica di matematica è, ovviamente, un disastro. Chiara la consegna praticamente in bianco, la professoressa di matematica sembra l'unica docente alla quale interessi veramente il futuro scolastico di una delle peggiori alunne della classe. Chiara minimizza, ma la professoressa insiste e quando Marco si offre (nuovamente) volontario per aiutarla la professoressa annuisce soddisfatta, non lasciando spazio di replica alla ragazza.

In piscina c'è una Veronica in grandissima forma. La ragazza compete soltanto nelle gare a stile libero, negli ultimi giorni ha accumulato molta meno fatica di Chiara e sembra aver messo a posto anche quelle due cose che, secondo Federico, la potrebbe rendere una nuotatrice del livello della sua compagna di squadra sui 200 metri. Chiara è un po' piccata, anche perché Veronica la becca e non poco sul tema. Dopo l'allenamento Chiara è parecchio giù. È in macchina di Federico, il quale ha saputo del tutoring che suo figlio ha offerto alla ragazza. Lei gli garantisce che il tempo passato a studiare non influirà sul tempo passato in piscina, Federico ne è consapevole, la rassicura, ma la bacchetta anche per la poca concentrazione: la scuola, i drammi con le amiche, che roba è? Se lei vuole diventare quello che vuole diventare non può pensare di sprecare tutte queste energie mentali in delle cose che non la stanno aiutando a raggiungere il suo obiettivo.

Ambra esce furiosa dall'uscita sul retro della piscina e si trova Giacomo appoggiato al suo motorino che le sorride. La ragazza lo vorrebbe ammazzare, che cazzo gli salta in mente, gli aveva detto che ci avrebbe pensato lei a parlare con Chiara, non le servono i rinforzi. Giacomo la voleva soltanto aiutare, poi è assurdo che tutto debba sempre girare intorno alla fragile

campionessa in fieri: sono giovani, c'è chiaramente qualcosa, non dovrebbero avere bisogno dell'approvazione di qualcuno.

Con Marco le cose faticano a decollare, anche perché Chiara sembra molto più interessata ai racconti giovanili di Federico che non alle equazioni di primo grado. Per un ex atleta ricordare i momenti in cui era in cima al mondo è sempre un balsamo per l'ego, tanto che invita Chiara a rimanere per cena, così che possa anche continuare a studiare con Marco fino a tardi, poi ci penserà lui a portarla a casa.

Quando torna a casa trova sua madre ancora sveglia e sul piede di guerra. Chiara sta andando malissimo a scuola e questa cosa non è ammissibile: se vuole continuare a nuotare deve dedicare anche del tempo alle materie che si studiano sulla terra ferma. Chiara non ci sta: la sua professione è il nuoto, la sua vita è il nuoto, non accetta prediche da una donna estranea al suo mondo e assente nella sua vita. La madre incassa e ribatte, le spiattella in faccia tutto quello che viene dopo la carriera sportiva, tutte le statistiche degli ex atleti disoccupati, degli ex atleti al verde, degli ex atleti che cercano risposte in fondo a una bottiglia. Chiara trattiene a stento le lacrime e si sbatte la porta di camera alle spalle.

Anche il lavoro con Marco non va per niente bene: i due questa volta si vedono in un bar, ma Chiara sembra ancora più assente dell'ultima volta. Marco prova a farla aprire, ma lei pensa soltanto a quando sarà ora di staccare così potrà andare in piscina. In piscina lei continua ad avere problemi a farsi valere nel ruolo di capitana, sembra che le altre diano molto più ascolto ad Ambra, per quanto ovviamente l'amica è dalla sua parte. Chiara però non la legge in questo modo, è lei la capitana adesso, non vuole interferenze o aiuti di altro genere da parte di Ambra, era stata abbastanza limpida già l'ultima volta. Questa volta Ambra non ci sta, le risponde per le rime, le due iniziano a litigare tanto che deve intervenire Federico per separarle. Chiara se ne va furiosa dall'allenamento e fuori dalla piscina incontra Marianna, la quale la ferma e le chiede cos'è che la turba in questo modo. Chiara non la vedeva dalla manifestazione, da quando l'aveva vista baciare una ragazza, è un po' in imbarazzo, ma la forza tranquilla di Marianna è qualcosa che la fa stare bene, è come se riuscisse a entrarle sottopelle facendola sentire al sicuro. Marianna le dice che quel bacio che ha visto non era niente, Chiara comunque non voleva sottintendere alcunché, ci mancherebbe, inizia a balbettare, facendo sorridere la sua interlocutrice, la quale le dà un bacio sulla guancia e sale in macchina. Chiara rifiuta di nuovo

il passaggio; non vuole andare a casa, e quand'è così di solito va da Ambra, ma dopo quell'assurda litigata non la vuole neanche vedere. Decide di andare al cinema a vedersi un film sugli zombie da sola, manda un messaggio a sua madre dicendole che dormirà da Ambra, poi invece si trova a citofonare a casa di Federico, il quale è molto sorpreso di vederla e con gli occhi addormentati la invita a entrare, si fa spiegare la situazione e le dice che sì, può rimanere per la notte. Federico le lascia il suo letto, lui va a mettersi sul divano, Chiara si addormenta con il sorriso tra le lenzuola del suo allenatore.

**Episodio quattro:** Ci siamo, mancano pochissimi giorni al meeting decisivo per giocarsi la qualificazione alle regionali anche nei 200 delfino. Per Chiara si tratta di un appuntamento troppo importante e anche se Ambra sembra voler chiarire la ragazza rimane concentrata sulla sua nuotata, non vuole distrazioni di nessun tipo.

Nello spogliatoio Chiara incontra Marianna, la quale la invita a un cineforum di una sua amica, proiettano un film femminista e dal momento che l'ha vista alla manifestazione pensa che queste tematiche le possano interessare. Chiara ovviamente si sente a disagio, non può certo dire che a quella manifestazione l'ha trascinato sua madre, Marianna insiste e alla fine la ragazza accetta l'invito.

A scuola continua il freddo polare tra Chiara e Ambra; la prima pensa di aver ragione, anche Federico glielo ha confermato, mentre la seconda vorrebbe soltanto riavere la sua amica. Giacomo decide di sua sponte di andare a parlare con la sua ex ragazza, ma Chiara la prende piuttosto male, lo accusa di aver preso posizione in una cosa che non lo riguarda minimamente. Il problema è che lo riguarda eccome, a lui piace un sacco Ambra e questa cosa che debbano tenere tutto un segreto finché Miss Egocentrismo non si calmi non lo fa stare per niente bene. Ambra lo sa, ma si tratta comunque di Chiara e lei non accetta che qualcuno parli in questo modo di lei. Litigare però non fa bene né all'umore, né al nuoto di Ambra, tanto che Federico si arrabbia molto quando nuota l'ennesima vasca a rana sotto il suo personale. Anche per Ambra il meeting è l'ultima occasione per andare alle regionali, ma quando Federico la affronta con il suo modo aggressivo la ragazza rischia di scoppiare in lacrime, tanto che anche Chiara è mossa a compassione. Le dice che non doveva trattarla così, ci parlerà lei, Ambra lo

interpreta come un ramoscello d'ulivo, ma primo di poter continuare la conversazione Chiara se n'è già andata.

Chiara ormai pensa di avere un canale preferenziale verso il suo allenatore, lo ringrazia ancora per l'altra notte e gli chiede di non prendersela troppo con Ambra, lei si impegna un sacco in quello che fa e anche con la scuola si sente parecchio sotto pressione. Federico ridacchia sornione, a quanto pare la sua allieva è ancora parecchio indietro rispetto a quello che pensava. Federico le dice che i suoi metodi sono gli unici che possono funzionare ed è vero, Ambra rimarrà sempre una nuotatrice mediocre, perché non lo vuole per davvero, non ha abbastanza fame e questo lo sa anche Chiara. Non ci sono amici in piscina, una volta fuori possono farsi le treccine a vicenda, ma in vasca non deve esistere nessun altro. Chiara annuisce, gli dice che passerà da lui più tardi, ha un appuntamento con Marco per studiare.

In realtà vuole soltanto passare meno tempo possibile in casa sua; sua madre si è scusata per lo sfogo dell'ultima volta, ma non può accettare di vedere sua figlia trascurare in questo modo la scuola. Parole che lasciano il tempo che trovano, dal momento che fosse per lei a scuola non ci andrebbe proprio: è stupido, sua madre è la prima a sostenere che il sistema scolastico andrebbe buttato giù e rifatto da capo, che ipocrita.

Chiara mangia una carota offertagli da Federico mentre i due guardano un video di una gara delle olimpiadi di qualche anno prima. Federico spiega e Chiara ascolta rapita, quando Marco si presenta in cucina il padre di lui si fa da parte, ma il ragazzo comunque non aveva un appuntamento Chiara. Lei annuisce, guarda il cellulare, vede l'ora e decide di invitarlo al cineforum di Marianna. Dopo tutto lui le sta dando una mano, le sembra giusto ricambiare e in effetti anche a Marco sembra una buona idea.

Il cineforum è abbastanza affollato, Chiara e Marco sono le persone più piccole, quando Marianna la vede la saluta ed è contenta che abbia portato un amico. Chiara non è familiare con certi ambiente, Marco d'altro canto sembra trovarsi molto a suo agio, tanto che si immerge nella discussione, che riguarda questa nuova ondata di femminismo social, che secondo l'amica di Marianna non ha la forza di rivendicare i diritti per le donne, è solo fuffa. Questa ragazza pensa che sia necessario fare delle leggi che aggiornino i diritti per le donne in materia di controllo del proprio corpo e di peso specifico all'interno delle istituzioni pubbliche e private, ma a Chiara scoppia la testa e pensa che siano tutte un sacco di cazzate. Le donne hanno tutti i diritti

del mondo, il problema è che non si supportano l'un l'altra e che nessuno ascolta nessuno, è sempre una lotta a chi pensa sia più importante una cosa o l'altra. L'amica di Marianna ridacchia, si sente l'inesperienza di una sedicenne che pensa soltanto a nuotare, un commento che non sfugge alla stessa Marianna, la quale manda a quel paese la sua amica, ma Chiara ha già accusato il colpo e con Marco se ne vanno chiedendo scusa, nonostante Marianna cerchi di convincerla a restare.

Marco cerca di rincuorarla mentre camminano verso casa di lui, Chiara dice che andare è stato un errore. Quando arrivano a casa di Marco, vedono Federico che apre la porta di un taxi a una ragazza che prima di salire gli sussurra qualcosa nell'orecchio facendolo sorridere. Marco si scusa per suo padre, dice che sale a prendere le chiavi del motorino e poi la riporta a casa, ma Chiara rimane lì impalata, quella scena gli ha fatto male. Lui è il suo allenatore, la sua guida, e ha appena accompagnato un'altra donna in taxi. Chiara se ne va senza aspettare che Marco riscenda.

Al meeting c'è il pienone, tra gli spalti c'è anche Giacomo, cosa che lascia un po' perplessa Chiara, ma non ci fa troppo caso. La gara di Ambra è prima della sua, la guarda insieme a Veronica la quale la aggiorna su quello che ha sentito da suo fratello. A quanto pare Giacomo ha trovato il modo di dimenticarla in fretta. Chiara non vuole starla a sentire, ma Veronica insiste, dice di notare come si sbraccia quando Ambra tocca il blocchetto per seconda, con un tempo che le vale la qualificazione. Chiara la manda a quel paese, ha bisogno di concentrarsi, nello spogliatoio c'è Marianna che vuole scusarsi per la sera precedente, ma Chiara non ha tempo, ha paura di sbagliare i primi 100, la virata, la subacquea, ha paura che la sua amica non le rivolgerà mai più la parola e poi e poi. Marianna le chiude la bocca dandole un bacio gentile e convinto, lasciando Chiara imbambolata per qualche secondo. La ridesta soltanto lo speaker che annuncia la sua gara, Marianna le augura buona fortuna. In vasca è un massacro, Chiara è palesemente la più forte di tutte, ma stampa anche un tempo fantastico, che fa esultare Federico e sorridere Marianna, che è la prima a incrociare il suo sguardo dopo la gara. Chiara esce dalla vasca estasiata, abbraccia Federico e va in cerca di Ambra per congratularsi anche con lei, ma quando la trova arriva la doccia fredda. Vede Ambra e Giacomo baciarsi sul muretto fuori dalla piscina, prima di essere vista torna indietro e scuote la testa incredula.

**Episodio cinque:** Chiara e Ambra sono amiche dalle elementari, ogni volta che hanno avuto una lite si trattava di quale film guardare insieme o in quale negozio andare per fare shopping. Alla fine la parlantina di Ambra aveva sempre la meglio e Chiara si sentiva bene, sapendo di avere al suo fianco una persona capace di toglierla da ogni dubbio e indecisione, capace di scegliere per lei anche le cose piccole. Adesso quella persona l'ha tradita profondamente: Chiara non prova più niente per Giacomo eppure è convinta che una cosa del genere avrebbe meritato di scoprirla in modo diverso. A scuola è Ambra ad avvicinarsi a lei. Nonostante i rapporti tesi tra le due, la ragazza le fa le congratulazioni per la qualificazione nei 200 delfino e le ricorda che sabato c'è il suo compleanno. Chiara ascolta in silenzio, avrebbe una montagna di cose da buttarle addosso, ma annuisce e dice che ci sarà.

Marco di solito fa già molta fatica a tenerla concentrata, ma quel pomeriggio è proprio impossibile farla connettere sul pensiero filosofico di Platone, Chiara è assorta in pensieri molto distanti dal filosofo greco. Li interrompe Federico, lui e Chiara hanno un appuntamento da un fisioterapista per quel fastidio muscolare che la ragazza ha avvertito dopo la gara.

Ambra sta decorando la sala che i suoi genitori hanno affittato per il suo compleanno. È sola, ed è particolarmente in affanno, in più la sorprende vedere entrare dalla porta Veronica. Le due non si stanno simpatiche ovviamente, ma Veronica dice che suo padre voleva portarla a una cena di beneficenza di non sa più quale ospedale e piuttosto si sarebbe sparata in testa, oppure avrebbe aiutato una sfigata a organizzare la sua festiciola di compleanno. Ambra è riluttante all'idea, ma ha bisogno di una mano in più, anche se si tratta di Veronica.

Il fisioterapista rassicura Chiara, basterà non sottoporre la gamba a sforzi eccessivi nelle prossime ventiquattro ore e applicare una pomata una volta al giorno per una settimana. Chiara è soddisfatta, così come Federico, il quale vuole riportarla a casa, ma prima vuole che lei veda una cosa.

Ambra e Veronica litigano su tutto, dalle decorazioni alla playlist, dopotutto la festeggiata è una, senza contare che poi secondo lei Veronica ha veramente un pessimo gusto in tutto, possibile che non sia mai stata a una festa di compleanno? Veronica le racconta che il giorno del suo compleanno sua madre la portava in piscina, ad allenarsi, perché diceva che quello era il posto preferito di sua figlia e allenarsi era la cosa che la faceva sentire meglio. Non è mai stato così, eppure lei non ha mai avuto il coraggio di dirlo a sua madre. Ambra prova

compassione per la sua compagna di squadra, non si era mai interessata alla vita di Veronica fuori dalla vasca, e a quanto pare non sembra averne una. Le dice che dopo tutta la fatica che ha fatto per aiutarla si è meritata un invito premium, che è un invito normale e basta, ma almeno le due si fanno una risata di gusto.

Federico accosta la macchina davanti a un grosso edificio e accompagna la ragazza dentro, dove giganteggia una piscina olimpionica a 8 corsie. Federico annuncia di aver parlato con il comune; la rimetteranno a nuovo e lui fonderà una nuova squadra, tornerà ad allenare professionisti e sarà anche il capo di sé stesso. Ci teneva che fosse Chiara la prima a vederlo, perché pensa che un giorno potrebbe anche lei arrivare a quei livelli. La ragazza è scossa, la prima cosa che chiede è se continuerà ad essere anche il suo allenatore, cosa che Federico conferma, ma solo fino alla fine della stagione. Dopo tutto le cose cambiano per tutti, no? Chiara non riesce a spicciare più una parola, sente la terra sotto i suoi piedi farsi meno stabile, la stessa sensazione di quel giorno in piscina, quando Roberto si è accasciato al suolo e non si è rialzato più. Balbetta delle congratulazioni, cerca di dire che comunque lei e le sue compagne di squadra possono ancora imparare molto da lui, ma Federico è già passato oltre e le sta facendo vedere quello che dovrebbe diventare il suo nuovo ufficio.

È il giorno del compleanno di Ambra, in più è un sabato, la ragazza pensa che il rituale della torta possa risolvere tutto, infatti anche Chiara a ricreazione le conferme che si vedranno dopo, ha troppa frustrazione nei confronti della sua amica, reprimerla in quel momento è l'unico modo che ha per sopravvivere, anche perché adesso sente che i problemi con Ambra sono veramente futili. Quando guarda il telefono però trova un messaggio di Federico, che le chiede se vuole fare un allenamento extra doposcuola per migliorare i tempi di reazione dal blocchetto di partenza. Lei accetta serenamente, il problema è che si dimentica di aver già confermato con Ambra, la quale si ritrova alla torteria da sola, a bere la sua tisana e mangiare la sua bavarese.

Quando Chiara arriva in piscina trova Federico e Veronica che stanno facendo il lavoro sulla partenza promesso a Chiara. Dopo tutto lui è l'allenatore della squadra, ma Chiara è entrata in un'ottica di idee molto diverse e ogni volta che lui riprende lei e non Veronica ha qualcosa da ridire. Anche Federico nota l'attitudine della sua nuotatrice, per non parlare di Veronica, la quale ovviamente coglie la palla al balzo cercando di farle perdere la testa, cosa che riesce a fare, dal momento che Chiara prova letteralmente ad appenderla al muro prima che Federico

intervenga per separarle. L'allenatore è molto deluso da Chiara, anche se lei mostra evidenti segni di stress lui non abbassa mai la voce, la incalza, la obbliga ad ammettere che è una bambina capricciosa e la punisce con 50 flessioni e 100 addominali da fare davanti a lui.

Quando torna a casa è stremata, incazzata, delusa, il suo telefono trilla ed è un reminder della festa di Ambra, alla quale Chiara farà tardissimo, anche perché sua madre preferirebbe averla a cena, deve dirle una cosa importante. Chiara le dice che non è proprio serata, c'è il compleanno di Ambra, quando sua madre insiste Chiara sbotta, è palesemente soverchiata dallo stress e dalla troppa pressione che sente, dice delle cose molto forti a sua madre ed esce sbattendo la porta.

Al compleanno ci sono Ambra e Veronica che ridono e scherzano come fossero migliori amiche, quando Chiara entra la prima persona che gli si para davanti è Giacomo, il quale è visibilmente ubriaco ed euforico. La ragazza però non ha avuto delle belle giornate, spiattella quello che ha visto con il tono più acido che conosca e la scena non sfugge ad Ambra, la quale li raggiunge e li trascina fuori. Chiara è furiosa, ma Ambra non è da meno, dice che non si è presentata all'appuntamento della torta, è arrivata al suo compleanno e la prima cosa che ha fatto è stata attaccare Giacomo, non ha neanche un regalo. Chiara ribatte, non ha più freni, le dice di essersi sentita tradita da un'ipocrita privilegiata per la quale tutti farebbero qualsiasi cosa quando lei invece aveva soltanto lei e la cosa migliore che ha pensato di fare è stata scoparsi il suo ex ragazzo. Le due sono a pezzi, Giacomo prova a intervenire ma viene mandato a quel paese, Ambra la invita ad andarsene, Chiara recepisce forte e chiaro e gira i tacchi, Marco, che ha sentito la lite, si propone di riportarla a casa in motorino.

Quando arriva a casa Chiara vuole soltanto piangere, sua madre è ancora in cucina che sta parlando con qualcuno e quando la ragazza fa capolino le cade un altro macigno addosso. Massimo, suo padre, un uomo che vede una volta all'anno se va bene, è seduto in cucina a mangiare formaggio fuso e bere vino rosso. Lei rimane pietrificata.

**Episodio sei:** Il padre di Chiara è un professore di Filosofia, lavora in Svizzera, quando la madre di Chiara è rimasta incinta ci ha messo poco per capire che questa storia della paternità non avrebbe fatto per lui. Quando Chiara scende la mattina dopo a fare colazione sono soltanto lei e sua madre, la quale le spiega un po' la situazione: Massimo si è lasciato con la nuova

compagna e ha pensato che fosse importante, in quel momento della sua vita, passare del tempo con sua figlia adolescente. Il discorso sembra talmente assurdo alle orecchie di Chiara che per poco non vomita il pane imburrito, quando Massimo suona al campanello lei si veste ed esce cavandosela con un “ciao” detto a mezza bocca mentre si incammina verso la piscina. Prima di entrare in vasca è costretta di nuovo a sorbirsi il discorsetto di Federico, il quale è ancora scioccato dalla reazione di Chiara dell’ultima volta. La ragazza promette che non lo farà più e chiede al suo allenatore se può di nuovo dormire da lui quella sera, ma Federico le dice che non si può fare e la lascia lì a maledire se stessa.

Dopo l’allenamento, durante il quale la complicità tra Ambra e Veronica era innegabile, Chiara va a sbattere contro Marianna, la quale come al solito ha gli orari che si intersecano con quelli della giovane nuotatrice. Per Chiara è un brutale risveglio, perché di quel bacio, di quel tenero bacio che in qualche modo le ha permesso di nuotare al suo meglio, si era quasi dimenticata. Le due sono imbarazzate, ci pensa la solita Marianna a prendere in mano la situazione, invitandola a bere una cosa con delle altre amiche in centro. Chiara non sa cosa dire, ma le promette che ci penserà.

A scuola Ambra e Giacomo non hanno più nulla da nascondere, ma se il ragazzo è più sereno, per lei quello che è successo alla festa è gravissimo, la fa stare molto male, non sa se riuscirà a recuperare il rapporto che aveva con la sua amica e si incolpa per questo, pensava di poterla gestire meglio, anche se Giacomo è di tutt’altro parere e l’unica da incolpare dovrebbe essere Chiara.

Quando Chiara torna a casa suo padre è ancora lì. Insieme alla madre provano a convincerla ad accettare una cena, Massimo sembra veramente intenzionato a recuperare il tempo perduto e anche se Stefania non sembra entusiasta non vuole togliere questa possibilità a sua figlia. Chiara accetta riluttante.

In piscina Ambra prova a riallacciare una conversazione con la sua amica, le chiede scusa per tutto quello che è successo alla festa, lei ha provato a parlarle prima ma non ha mai trovato il momento opportuno. Chiara non è per niente soddisfatta di come sono andate le cose, ma è titubante, non ha la forza di chiedere scusa anche lei, e in quel momento entra Federico nello spogliatoio. L’allenatore dice alle ragazze che per le regionali non ci possono essere sbavature,

si aspetta il massimo impegno e concentrazione da tutto, qualsiasi cosa succeda fuori dalla vasca non deve intaccare minimamente il lavoro svolto in piscina.

La cena tra Chiara, Stefania e Massimo stenta a decollare, anche perché la ragazza ha ricevuto l'ennesimo calcio in faccia e non ha voglia di sentire suo padre blaterare su quanto sia diversa Lugano da Torino e su quanto potrebbe piacerle, anche quando la conversazione verte sul nuoto la ragazza risponde a monosillabi, ma fa capire che per lei non c'è nulla di più importante. Massimo sorride, dice di essere molto fiero di lei e si scusa profondamente del fatto che non sia mai stato a bordo vasca a supportarla. Chiara riceve un messaggio da Marianna, dice ai suoi genitori che aveva promessa a un'amica che l'avrebbe raggiunta e se ne va.

Al pub Chiara arriva carica come una sveglia, quando Marianna la vede con quell'energia le chiede se va tutto bene e la ragazza risponde tracannando lo shottino di tequila sul tavolo. Chiara non è mai stata una gran bevitrice, ma quella sera decide di darci dentro come se non ci fosse un domani, tanto che a fine serata è completamente ubriaca. Marianna vorrebbe riportarla a casa, ma Chiara le dice che a casa non ci vuole andare, che magari c'è ancora suo padre e che se sua madre la vede in quello stato sicuro non le permette più nemmeno di avvicinarsi a una piscina. Le due si scambiano un bacio disordinato e buffo, Marianna sente di avere una connessione unica con questa ragazza così spaesata.

Quando il sole inizia a scaldarle la pelle, Chiara apre gli occhi di soprassalto, cade dal letto e si accorge di non essere in casa sua. Quando vede Marianna il suo cuore torna a battere in maniera regolare, ma appena si accorge dell'ora, i battiti si fanno più intensi. È in super ritardo per l'allenamento, la testa le esplode e non si ricorda praticamente nulla della sera prima. Marianna cerca di tranquillizzarla e la accompagna in piscina.

Le sue compagne di squadra sono tutte in vasca e quando Chiara arriva e a malapena si regge in piedi Federico fa uscire tutte perché deve dire una cosa. Ammette il suo errore di aver scelto Chiara come capitana, i gradi torneranno ad Ambra, tra un brusio di approvazione delle altre atlete. Chiara e Ambra ovviamente protestano, specialmente Ambra non vuole che qualcos'altro interferisca nel suo già fragile rapporto con l'amica, ma Federico è categorico: l'aveva avvisata, poteva fare la bambina o la professionista e ha fatto la sua scelta. Ambra ovviamente non ha niente a che vedere con questa cosa, eppure Chiara la manda a fare in culo,

questa volta per davvero, come se fosse una cleptomane emotiva che le volesse rubare tutte le sue cose. Ambra rimane basita, forse la sua amica non c'è più per davvero.

All'uscita c'è Marianna appoggiata alla macchina, la quale chiede cosa sia successo, ma Chiara non ha voglia di parlarne. Marianna le offre un passaggio, rifiutato anche quello, le chiede di nuove spiegazioni e Chiara la aggredisce: non le piacciono le ragazze se ne facesse un cazzo di ragione invece di continuare a girarle intorno come una pervertita. Marianna si sente offesa, annuisce e la saluta, prima ancora che Chiara riesca a rendersi conto di quanto sia suonata ridicola e presuntuosa.

Quando torna a casa apre il computer, sul suo feed le appare un'intervista nella quale Federico annuncia la creazione di una nuova squadra per la prossima stagione. Chiara si attacca alla vaschetta di gelato, trasgredendo alla sua dieta come non aveva mai fatto da quando il suo nuovo allenatore era entrato in carica.

**Episodio sette:** Chiara e Marco stanno ripassando per l'ultima interrogazione di italiano, se la ragazza non riuscisse a prendere una sufficienza rischierebbe davvero di essere bocciata. La concentrazione, però, è indirizzata da tutt'altra parte, Marco se ne accorge e le propone di fare un giro per svuotare la testa. I due finiscono al Monte dei cappuccini, un posto vicino al centro di Torino con una vista fantastica sulla città, dove Marco decide di dichiarare la fine del loro sodalizio di studio. Chiara è sorpresa e arrabbiata, dice di avere ancora bisogno di lui, ma il ragazzo non la pensa allo stesso modo: adesso sta a lei capire se vuole davvero impegnarsi in questa cosa oppure lasciar perdere, l'interrogazione non la può fare Marco al posto suo.

Chiara è confusa, suo padre vorrebbe vederla per un gelato nel pomeriggio, la ragazza è colpita dalla perseveranza dell'uomo, ha deciso arbitrariamente di non dargli una chance, ma è possibile che una persona sia cambiata in questo modo? Sua madre continua a non schierarsi, eppure lei è una che si schiera sempre, Chiara sente che all'improvviso tutte le decisioni le debba prendere lei.

In piscina la concentrazione delle atlete è palpabile, ormai mancano pochissimi giorni prima della trasferta per le regionali e Federico è ancora più esigente del solito, non vuole che ci siano sbavature per quello che sarà il suo biglietto da visita prima di fondare la nuova squadra. Dopo l'allenamento chiede a Chiara di parlare: si è reso conto di averla trattata con il pugno di ferro,

ma non può pensare che nella vita ci siano soltanto persone che la sosterranno, deve crescere in fretta se vuole davvero raggiungere i suoi obiettivi. Chiara ammette di essere confusa, molto confusa, così Federico decide di invitarla a cena con un suo ex compagno di squadra che adesso allena una squadra a Roma. Potrebbe aiutarla a capire di cosa sta parlando il suo allenatore.

Chiara scrolla sul cellulare le chat aperte, si ferma a quella di Marianna, guarda la foto profilo della tuffatrice, non sa nemmeno lei perché ha reagito in quel modo, prova a scriverle ma poi ci ripensa e in quel momento appare suo padre. I due si sono dati appuntamento a una gelateria che la bambina adorava da piccola, ma che adesso ovviamente ha chiuso, sostituita da un chiosco che fa ravioli BAO. Sembra appropriato, a Chiara non dispiacciono e nemmeno Massimo li reputa malvagi, i due camminano per il centro di Torino scherzando sulla consistenza gommosa di queste palle cinesi. La verità è che Massimo ha una vita a Lugano, ha una casa, anche molto grande se è per questo, e vicino a quella casa c'è una piscina e una squadra di professioniste molto competitiva che la occupa, a giudicare dalle sue ricerche. Chiara strabuzza gli occhi, non è sicura di quello che suo padre le stia dicendo, ma Massimo vuole arrivare proprio lì: lo capisce, capisce i sacrifici che sta facendo, le battaglie quotidiane con la madre, lui le sta offrendo una via di fuga, vuole che si trasferisca in Svizzera con lui.

Chiara non si aspettava niente di simile, quando presenta lo scenario a sua madre riceve una risposta possibilista, la donna non vuole trattenerla se il suo desiderio è quello di cambiare aria, d'altronde ormai le sembra impossibile avere un dialogo costruttivo con sua figlia, quindi se davvero questo è quello che vuole non la tratterrà. La ragazza è nervosa e con un vestito che le sta troppo grande quando entra nel ristorante che Federico ha scelto per la cena con il suo ex compagno di squadra, un uomo con i capelli scompigliati e il fisico di un ex atleta di nome Luca.

A tavola si parla soprattutto di nuoto, i due uomini sembrano molto più concentrati nel ricordare i bei tempi andati che non nel coinvolgere Chiara nella conversazione. È Luca che prova a tirarla a parlare, sui suoi punti forti e i suoi punti deboli, su dove si vede tra cinque anni, su che tipo di percorso vuole portare avanti, tutte domande alle quali la ragazza risponde in maniera poco convinta, se ne accorge anche Federico, il quale le fa una carezza sulla guancia e si vanta dei risultati che la giovane nuotatrice ha ottenuto finora e su quelli che potrebbe

ottenere. Chiara si sente di nuovo protetta, di nuovo al sicuro dietro la voce profonda del suo modello.

Federico le dà anche uno strappo a casa, i due continuano a parlare del futuro di lei, Chiara non accenna alla Svizzera, anche perché fermi in macchina, con un pezzo soft rock in sottofondo, la ragazza si perde a guardare un momento di troppo il viso del suo allenatore, si accorge soltanto quando è a pochi centimetri dalla sua bocca che vorrebbe baciarlo con tutta se stessa, una frazione di secondo, tanto ci vuole a Federico per accorgersi di quello che sta succedendo e allontanarsi dalla ragazza. Chiara non ha tempo di dire niente, perché Federico parte subito in quarta: come cazzo le viene in mente, ha sedici anni, è assurdo che non si renda conto della posizione nella quale lo ha appena messo, la invita a scendere immediatamente dall'auto. Chiara è intontita, prova vergogna, tristezza, rifiuto, esce dalla macchina senza capire realmente cosa sia successo, rimane ad ascoltare il rombo dell'auto di lui che riempie la strada vuota. Poi più niente.

La campanella della ricreazione segna gli ultimi minuti a disposizione di Chiara per ripassare, in classe rimangono soltanto lei e Ambra, la quale si avvicina all'amica vedendola palesemente giù di morale. Chiara le risponde a monosillabi, Ambra questa volta non vuole mollare la presa, quando Chiara alza la testa ha gli occhi lucidi, Ambra la soffoca in un abbraccio fortissimo mentre la sua amica si soffoca un pianto disperato, prima di staccarsi e dire di aver bisogno di un caffè.

Durante l'interrogazione la professoressa di italiano incalza Chiara su ogni cosa, la ragazza risponde sempre titubante, fa del suo meglio, conclude un'interrogazione che fa spuntare il sorriso sul volto di Marco, prima che la professoressa decreti un cinque e mezzo come voto. Marco e Ambra non ci possono credere, Chiara balbetta quella che dovrebbe essere la rivendicazione di una sufficienza, ma la professoressa la zittisce in malo modo, dicendole che è profondamente delusa, da una ragazza come lei si sarebbe aspettata qualcosa di meglio. Per Chiara è troppo. La ragazza inizia a elencare tutte le volte in cui un suo compagno di classe è stato lasciato uscire prima per giocare una partita di calcio, tutte le volte in cui nessuno se n'è fregato un cazzo di come andasse a scuola quello che era bravo a tennis o a calcio o a basket, lei non è brava, lei è una fottuta campionessa che dovrebbe essere il fottuto orgoglio di questa scuola di merda invece di essere compatita da una fallita che non sa nemmeno acconciarsi i

capelli. La ragazza esce sbattendo la porta, trema tutta, quando arriva a casa vorrebbe dire a suo padre di comprare il biglietto per Lugano, ma sul divano c'è solo sua madre che beve un bicchiere di prosecco a metà mattinata. Non le dice nulla, le indica un biglietto lasciato sul tavolino del soggiorno, dove Massimo chiede scusa a sua figlia e le dice che è dovuto ripartire, che la donna che ama ha deciso di dargli un'altra chance e per lui è la cosa più importante. Chiara scoppia in lacrime, Stefania la abbraccia forte e le dice che andrà tutto bene, lei starà bene.

Chiara è all'uscita della piscina, quando Marianna la vede abbozza un sorriso di commiato, non si sono più parlate dalla scenata di Chiara. Lei è pentita, si vede che potrebbe scoppiare a piangere di nuovo da un momento all'altro, Marianna le prende la mano e accetta le sue scuse, le dice che le andava di ordinare una pizza e vedere una sitcom, nel caso volesse farle compagnia. Chiara arrossisce, non è mai stata così emotiva eppure adesso sembra che qualsiasi cosa la possa gettare in un pianto a diretto. Marianna le sorride, Chiara si soffia il naso, si scusa per il suo comportamento dell'altra volta e accetta l'invito a cena.

**Episodio otto:** Tutta la squadra è in un piazzale, dove Federico sta contando le ragazze prima di farle salire sul pullman che le porterà all'albergo dove alloggeranno per due giorni, in vista delle regionali. Arriva anche Chiara, la quale è in macchina con Marianna. La giovane nuotatrice esita, Marianna apre il sorriso per tranquillizzarla, le dà un bacio sulla guancia e le augura buona fortuna. Sul pullman i posti sono tutti occupati, Chiara sfila davanti alle sue compagne che la fissano con occhi giudicanti, quando passa davanti ad Ambra e Veronica, sedute insieme, regala alla sua amica un timido sorriso che Ambra ricambia. Chiara si siede in fondo, da sola, si mette le cuffiette e guarda fuori.

L'albergo non è niente di che, ma le ragazze dovranno passarci poco tempo, le gare copriranno tutto l'arco delle due giornate. Prima dell'assegnazione delle camere, Chiara tamburella sulla spalla di Ambra, le dice che ha bisogno di parlarle. La ragazza chiede se possono dormire insieme, Ambra si era già messa d'accordo con Veronica, però forse possono prendere una tripla, anche se non fa in tempo a finire la frase che Chiara le salta al collo chiedendole scusa almeno dieci volte, un comportamento tanto espansivo che per Ambra è uno shock e non può fare a meno di sorridere. Chiara promette che si scuserà anche con Giacomo, meritano tutti e

due di essere felici perché sono delle persone stupende, che Chiara ha trattato in maniera orribile.

Certo, la soluzione in tripla non rende entusiasta Veronica, a cena ci tiene a mostrare il suo risentimento, ma questa volta Ambra è tornata a bacchettarla ogni volta che se la prende con la sua amica. Chiara le ha raccontato tutta la storia del padre, Ambra è molto dispiaciuta, ma non può fare a meno di passare all'argomento più succulento: chi era quella valchiria che ha accompagnato Chiara al pullman? Chiara è un po' imbarazzata, non vuole nascondere nulla alla sua amica, ma non sa nemmeno lei quello che prova, è tutto talmente nuovo.

L'idea delle ragazze è quella di andare a fare un po' di baldoria con una squadra maschile presente nell'hotel, Chiara dice che le raggiungerà dopo, prima deve richiamare sua madre, la quale le fa un sacco di domande come non le aveva mai fatto prima sulle modalità della gara, sulle sue avversarie, Chiara è serena, tanto che le scappa di bocca il fatto che ha baciato una ragazza. Dall'altro capo del telefono Stefania caccia un urlo di giubilo, è convinta che adesso che sua figlia sia lesbica troverà un nuovo spirito attivista, anche se Chiara la manda scherzosamente a quel paese. Stefania le dice di stare tranquilla, di stare a contatto con il proprio cuore, perché è l'unico modo per fare delle scelte che ci rispecchiano. Chiara attacca, sorride, vede che Ambra le ha mandato un messaggio, le chiede se può portarle il biglietto usato della metro che ha nella borsetta. Chiara non fa domande, trova il biglietto, ma nella borsetta trova anche un flacone di antidepressivi, che la lasciano interdetta e spaventata.

Quando scende e raggiunge le altre, scopre che il biglietto della metro serviva a fare il filtro per una canna e che la sua migliore amica non sembra minimamente diversa da quella che era prima. Possibile che non si sia accorta che fosse depressa? Certo che è possibile, l'ha praticamente cancellata dalla sua vita per settimane, adesso vuole rimediare, ma Ambra le dice di non preoccuparsi, che le spiegherà tutto, nel frattempo le offre un tiro. Chiara non aveva mai fumato erba in vita sua, non finisce nemmeno di aspirare che già inizia a tossire. Tutte ridono, Veronica le dà della pivella, Chiara tracanna una grossa sorsata di birra per provare a lenire l'irritazione.

Il giorno dopo ci sono i 200 metri delfino, la gara per la quale si è qualificata all'ultimo, mentre cerca di concentrarsi la raggiunge Federico che le dà le ultime raccomandazioni. Quando se ne va, Chiara va un'ultima volta in bagno, ma nel bagno a fianco sente un pianto straziante,

faticoso, disperato. Quando apre la porta trova Veronica accucciata sul water che sputa e vomita non si sa bene cosa, le prende un colpo, inizia a chiamare aiuto ma Veronica la ammutolisce, deve frugare nella borsa di Ambra e prendere il flacone di pastiglie. Chiara fatica a capirci qualcosa, si precipita a prendere il flacone, tira fuori una pastiglia, riempie un bicchiere d'acqua e la offre alla sua compagna di squadra, la quale continua a singhiozzare e a chiedere scusa, mentre Chiara le avvolge la testa nel suo abbraccio. Nello spogliatoio rimbomba la voce dello speaker che annuncia la corsia di riferimento di Chiara, che ovviamente non è in vasca. Quando Federico arriva sulla scena è furioso, vuole la sua atleta immediatamente fuori, ma Chiara non vuole lasciare Veronica in quello stato. Nel frattempo arrivano anche le altre compagne di squadra, tra le quali c'è Ambra, che rassicura Chiara e le dice di andare a gareggiare. Federico la trascina per un braccio, ma la ragazza si ferma, dice che vuole stare vicino alla sua compagna di squadra, non gliene frega un cazzo di una gara e non c'è niente che Federico possa fare per fermarla.

Quando tornano in albergo, Ambra spiega a Chiara la situazione: Federico con Veronica ha veramente esagerato, la spingeva a digiunare, a sostenere carichi di lavoro enormi e quando la ragazza tornava a casa trovava una madre che la faceva allenare anche di notte delle volte. Gli antidepressivi sono di Veronica, non ha mai detto alla madre di prenderli e con Ambra erano al sicuro.

Chiara è scioccata, il giorno dopo deve scendere in vasca per i 200 metri stile libero, la sua gara, quella in cui gareggia anche Veronica. A colazione le va vicino, le assicura che andrà tutto bene, anche se la faccia cupa e triste di Veronica dice tutt'altro. Finita la colazione Chiara bussa ripetutamente alla porta di Federico, quando gli apre lo aggredisce come non aveva mai fatto con nessuno in vita sua, ma l'allenatore non arretra di un centimetro, non rinnega quello che ha fatto, Veronica è solo una debole che non riuscirà mai a diventare una professionista. Chiara è furiosa e sconvolta, ha affidato tutta se stessa a un delirante nuotatore fallito che adesso le dice che nemmeno lei raggiungerà alcun risultato, perché è una bambina viziata che non sa un cazzo della vita vera.

Sul pullman non vola una mosca, Chiara nota la rassegnazione sul volto delle sue compagne di squadra, decide di prendere la parola improvvisando un discorso su quanto sia importante non lasciare che sia qualche pallone gonfiato a dire loro cosa è giusto o sbagliato. È la loro vita, è la

loro storia, è il loro sogno, tutto il resto sono soltanto un mucchio di cazzate. Le ragazze recepiscono con un fragoroso applauso, mentre Federico, in testa al pullman, scuote la testa e sorride amaro.

Già, a parole ancora ancora, ma in piscina Chiara è nervosissima, capisce di aver fatto una quantità di errori enorme nell'ultimo periodo, ma per sua fortuna non è sola. Marianna le tamburella sulla schiena, dice di aver ricevuto una chiamata da Ambra, che le ha spiegato la situazione. Chiara non può credere che Marianna sia lì, ma la tuffatrice non la fa nemmeno parlare: vuole che vada là fuori, nuoti come sa fare soltanto lei e mandi un messaggio a tutte le sue compagne di squadra. Non sono sole. Chiara sorride, questa volta è lei a baciare Marianna, prima di andare sul piano gara, aggiustare il suo orsacchiotto viola vicino al blocchetto e aspettare che lo starter spari. Un ultimo sguardo complice con Veronica, poi la concentrazione totale, lo sparo e la solita nuotato di Chiara, quella di una ragazza forte, coraggiosa, ancora incerta sul suo posto nel mondo, ma, nel frattempo, incredibilmente veloce.