

Panathlon Club

Il tiro con l'arco uno sport in crescita Conviviale per illustrare questa disciplina

di Ivan Ghigi

CREMONA — Concentrazione, tensione, postura e alla fine meraviglia: sensazioni che trasmettono gli arcieri quando centrano bersagli grandi come una moneta da due centesimi a settanta metri di distanza. Immagini che spesso sono veicolate in occasione delle Olimpiadi, unico momento forse in cui molti di noi si avvicinano al tiro con l'arco e ne ammirano gli strumenti con i loro "marchingegni". Ma anche le Olimpiadi offrono solo uno spaccato di quella che è l'intera attività e proprio per questo il Panathlon Cremona ha deciso di dedicare l'ultima conviviale a questa disciplina sportiva che anche a Cremona, con la Seri-Art e a Crema, con il Cremona Team, sta prendendo piede e si sta facendo conoscere.

Perché non c'è un solo tipo di arco e di conseguenza non c'è solo la specialità che vediamo in televisione. Alla redazione del giornale, per illustrare il

Tutti i partecipanti alla tavola rotonda

Oltre al presidente del Panathlon Cremona **Cesare Beltrami** e ai membri **Claudio Bizzarri** e **Roberto Rigoli**, hanno partecipato alla tavola rotonda: **Francesco Mapelli** (presidente regionale Fitarco); **Aurora Paina** (consigliere nazionale e rappresentante regionale Fitarco); **Gianni Falzoni** (allenatore

nazionale giovanile); **Andrea Gabardi** (consigliere regionale Fitarco esperto multimediale); **Luigi Lottici** (dirigente responsabile Seri-Art Cremona); **Luciano Milanese** (preparatore Seri-Art); **David Bianchi** (atleta Seri-Art); **Emanuele Bianchi** (allenatore Seri-Art); **Desiderio Orchi-dea** e **Alessandra Pandolfi**.

movimento della Fitarco (ma esistono anche la Fiarco e la Lam), Cesare Beltrami ha invitato diversi esperti per parlare dell'argomento a 360 gradi. Dal punto di vista della federazione a quello dei tecnici, fino agli atleti, rappresentati da David Bianchi, il tiro con l'arco è un movimento che in Lombardia coinvolge numerose persone. Ci sono corsi per imparare a tirare presso le società nostrane e in Lombardia il numero di ragazzi che si avvi-

cina alla disciplina è notevole. La sola Lombardia rappresenta come numero di atleti tesserati il 20% del totale a livello nazionale e la federazione si sta muovendo anche nelle scuole per sensibilizzare i giovani. Perché nell'attività scolastica l'arco resta ancora fuori nonostante l'appeal con lo strumento sia spesso ottimo.

Una volta associato anche all'attività della caccia, il tiro con l'arco vuole farsi conoscere.

Il numero di atleti tesserati per la Lombardia equivale al 20% del totale nazionale. Al giornale sono intervenuti dirigenti, tecnici e atleti per parlare di un'attività che vuole entrare anche nelle scuole



I partecipanti alla tavola rotonda organizzata dal Panathlon Cremona



Francesco Mapelli (Fitarco)



Cesare Beltrami



Aurora Paina (Fitarco)

I protagonisti. Mapelli, presidente regionale Fitarco: «Gran parte del nostro budget serve per lanciare e promuovere questo sport»

«La Federazione guarda molto ai ragazzi»

di Michele Talamazzi

«Il 75% del nostro budget è dedicato all'attività giovanile: crediamo molto nei giovani, senza i quali non c'è ricambio». Ad introdurre i particolari di un movimento sportivo in crescita come quello del tiro con l'arco ed i suoi programmi sono il presidente regionale lombardo della Fitarco **Francesco Mapelli**, in carica dal 1996, insieme ad **Aurora Paina**, consigliere nazionale Fitarco.

«La Lombardia — spiega Paina — è la regione più rappresentata in Italia con 82 società e 4300 tesserati, da qui sono usciti due massimi esponenti come Frangilli e Nespoli. Ma ci teniamo a lavorare bene perché si possa avere una sostituzione naturale di questi campioni. Al centro federale di Cantalupa, in provincia di Torino, stiamo portando avanti il progetto di una scuola federale».

«Nel 1998 — riprende Mapelli — partimmo con uno stage estivo in Val d'Ossola dedicato ai ragazzi ed oggi spostatosi a Boario Terme. Siamo una nicchia, ma con numeri importanti: oggi abbiamo quasi mille ragazzi iscritti che tirano con l'arco, ed ora siamo presenti anche nei giochi studenteschi. A settembre vorremmo far partire anche un corso per i docenti, affinché possano insegnarlo nelle scuole. Dal 2005, inoltre, abbiamo introdotto anche l'aspetto atletico, curato dal prof. **Claudio Bizzarri**». Cremonese doc, **Bizzarri** crede molto nella preparazione per uno sport che purtroppo nell'immaginario collettivo non viene sempre percepito come tale. «La Federazione sta promuovendo un discorso molto valido e importante perché associa l'aspetto della preparazione atletica come miglioramento del gesto tecnico: i muscoli e il portamento sono fondamentali per sostenere il peso dell'arco, se uno non si prepara adeguatamente può incorrere in alcune difficoltà». «Ed è provato — ha sottolineato il presidente del Panathlon **Cesare Beltrami** — che un'atleta, in qualsiasi sport, più ha equilibrio e più è forte».

La parte più tecnica tocca a **Gianni Falzoni**, allenatore nazionale giovanile. «Oltre al tiro



Luigi Lottici (Seri-Art)



Gianni Falzoni (allenatore)



Andrea Gabardi (Fitarco)



Claudio Bizzarri



David Bianchi (atleta)



Desiderio Orchi-dea



Alessandra Pandolfi



Luciano Milanese (Seri-Art)



Emanuele Bianchi (Seri-Art)

in sé si si sono tanti esercizi per la precisione, la mira, la preparazione mentale. Non è detto che tirare tanto paghi per forza di cose di più che tirare poco: ecco perché sarebbe buona cosa abituarsi a contare ciò che si fa, tenere una specie di diario, di conteggio giornaliero. Noi come Federazione abbiamo un'attività centrale ed una decentrata, con un tecnico che va di regione in regione per seguire gli atleti e farli crescere: il percorso giovanile può essere differente per ognuno, non tutti "esplodono" allo stesso momento ma ci sono ragazzi che possono venir fuori più tardi. Ora abbiamo anche un programma di aggiornamento per gli allenato-

ri, con dei corsi obbligatori ogni quattro anni: in troppi prima diventavano tecnici solo perché pensavano di migliorarsi come tiratori».

A spiegare un po' più nel dettaglio il tiro con l'arco attraverso i numeri è **Andrea Gabardi**, consigliere regionale lombardo ed esperto multimediale a livello mondiale. «L'attività dura praticamente tutto l'anno, tra indoor e outdoor, con un bersaglio del diametro di 40 centimetri fino a 70 metri di distanza per la divisione olimpica, e di 122 centimetri fino a 50 metri per la divisione compound. Cosa costa un arco? Con 400 euro si può acquistare un kit olimpico di buon livello. Noi raccogliamo tutti i

dati, ora anche a livello di preparazione atletica, con esercizi mirati, e possiamo anche parlare in ottica di proiezioni di crescita. Oltre all'arco olimpico c'è quello compound, che ha tre corde ed un sistema di ruote eccentriche che va a diminuire lo sforzo dell'arciere; l'arco di campagna è una specialità di gara che invece si svolge all'aperto, in boschi o luoghi con pendenze, e si può dividere in due percorsi, "hunter" a distanza sconosciuta e "field" a distanza segnata. Una nuova disciplina è quella 3D, con sagome di animali come bersaglio».

E qui entra in gioco la parte cremonese, alla ribalta negli ultimi grazie ai successi di **David**

Bianchi, giovane arciera della Seri-Art e asso dell'arco compound 3D, che d'estate, senza la scuola, si allena tantissimo. «Vado a tirare anche 150 frecce al giorno, se il tempo me lo permette. Di preparazione atletica invece ancora ne faccio poca».

Il 3D è ancora visto distante dal tiro con l'arco più classico, ma **Emanuele Bianchi**, padre di David, specifica come «d'allenamento di David non sia solo sulle sagome, ma anche e soprattutto sulle targhe, molto importante per allenare la valutazione della distanza, la precisione, la potenzialità dell'attrezzo senza mirino. C'è grande domanda da parte di ragazzi che non sono attirati da una Federa-

zione piuttosto che da un'altra, ma dal tiro con l'arco. Ecco perché ci sarebbe bisogno di più istruttori».

E a proposito di istruttori, a Cremona il pioniere fu **Luigi Lottici**, oggi dirigente responsabile tecnico della Seri-Art, di cui fu fondatore oltre trent'anni fa. «Come Seri-Art siamo nati il 17 febbraio 1981: tutto derivò da una mia "malattia", comprai l'arco con annesso il libro manuale e mi appassionai. Feci anche un corso al Coni a Roma e pian piano iniziai a coinvolgere sempre più persone, e nel 1986 ci affiliai alla Fiarco. Oggi siamo 110 atleti, 70 Fitarco e 40 Fiarco, molti in doppio tesseramento: ci manteniamo con le quote sociali e facendo dimostrazioni in giro, e ci alleniamo tra la palestra del Boschetto, ad Agropolis e ad un campo a Castelvisconti per il 3D. Quando arriva un ragazzo facciamo un corso di base spiegando le teorie, poi diamo la possibilità di scegliere l'arco facendo provare un po' tutti i tipi. L'anno scorso abbiamo fatto il Trofeo Pinocchio a Cavatogozzi e sono arrivati i primi risultati dei nostri ragazzi». «E proprio grazie alla preparazione atletica — sottolinea **Luciano Milanese**, istruttore di 2° livello Fitarco e preparatore giovanile Seri-Art, oltre che arciera LAM (Lega Arcieri Medievali) —, cui dedichiamo il sabato pomeriggio, abbiamo migliorato i risultati dei nostri ragazzi arrivando al top a livello regionale».