

La POTENZA del VOLLEY

periodico a cura del
Comitato Provinciale FIPAV di Potenza



La storia siamo noi La potenza delle emozioni del volley

Tanti fattori incidono nella preparazione di un atleta o di una squadra. Di tutti però uno è più importante, fondamentale, decisivo: il fattore umano. Quello che dell'essere umano è esclusivo: la sua psiche, quel complesso insieme di ragione, di passioni, di sentimenti, di intelligenza. Gli allenatori, i maestri, i giornalisti e gli stessi genitori dei bambini e ragazzi che fanno sport non devono mai perdere di vista che coloro che giocano sono soprattutto persone, nella loro grandezza e nelle loro debolezze [...] *Julio Velasco.*

Ho scelto le parole di una icona senza tempo della pallavolo perché sintetizzano in maniera oltremodo appropriata questo numero del nostro periodico. Solo quattro le settimane di vita de "La Potenza del Volley" e fiumi di emozioni sono venuti fuori da ogni dove, raccontate con piglio diverso ma con un denominatore comune: lo sport suscita emozioni e non bisognerebbe avere affatto vergogna di ammetterlo. E' questo il caso degli autori di questo numero che con nostra grande soddisfazione hanno centrato esattamente la filosofia che dal principio abbiamo voluto dare a "La Potenza del Volley" e che ci siamo immaginati quando abbiamo iniziato a crearla. C'è l'emozione di chi ha voluto raccontare il rinascere di una società come nel caso degli amici di Rotonda, ai quali va un grande in bocca al lupo, ultimi "arrivati" ma solo in ordine di tempo, nel novero delle Società affiliate della nostra provincia, che svela un amore mai sopito, nascosto sotto le ceneri che aspetta solo la scintilla giusta per riprendere vita e tornare ad essere parte integrante di una comunità.

C'è il racconto di Vincenzo Santangelo che mescola senza sbavature l'amore per lo sport con il rapporto spesso controverso di amore-odio verso la propria città: il fattore sociale e quello sportivo in un connubio fortissimo ma vitale, due aspetti apparentemente lontani tra i quali si intravede l'attesa di un evento che si concretizzerà di qui a breve. Infine la narrazione di Ivana Lazzari, un testo che abbiamo riportato integralmente perché, oltre che essere un bello scrivere, come lei stessa dice "tagliarlo giornalmente" avrebbe spezzato le ali al fluire delle emozioni: una vicenda che può essere letta da diverse angolature ma che è sostanzialmente vera e nei cui passaggi molti ritroveranno sé stessi e le proprie vicende di vita. Da tutto ciò emerge che "il volley è bello perché è vario": uno sport che ha accompagnato e accompagna la vita di molti di noi: dagli acerbi, impacciati movimenti con la palla rilanciata, dai gruppi baby al minivolley, ai primi campionati giovanili, alle serie superiori anche nazionali passando attraverso gli anni dell'infanzia, dell'adolescenza, della giovinezza, e per tanti, anche dell'età adulta. Alcuni avranno ricavato ricordi forse non proprio felici e preferito finanche cancellare dalla propria mente quel tempo della vita, altri ricorderanno con piacere nell'età più adulta le emozioni date da questo sport. Letti in quest'ottica, i testi proposti in questo numero ci auguriamo potranno essere più apprezzati e sentiti, pizzicando le corde dei sentimenti. A noi è piaciuto stimolare le vicende di chi vive "non di pallavolo ma nella pallavolo", e il nostro periodico avrà l'onore e l'onore di raccontare la vita, gli episodi di vita vissuta, facen-

do "informazione" ma anche e soprattutto "formazione": essere al servizio dello sport con le persone perché ogni uomo è autore della storia e la costruisce anche attraverso lo sport.

Anna Maria Pusillo

In questo numero:

La storia siamo noi	1
Un amore mai sopito	2
Minivolley - 2° tappa	3
Piano Prov.le Sport 2011	4
Una città da scoprire	5
Un libero non "libertino"	6
Primi passi verso il volo	7
Puzzle di storie ed emozioni	8

Ricorda la data:

- **20 Febbraio:**
Terza Tappa Circuito Minivolley a Sala Consilina;
- **21 Febbraio:**
Secondo incontro corso Allenatore Primo Grado;
- **27 Febbraio:**
Terzo incontro corso Allievo Allenatore.


azzurra
finestre

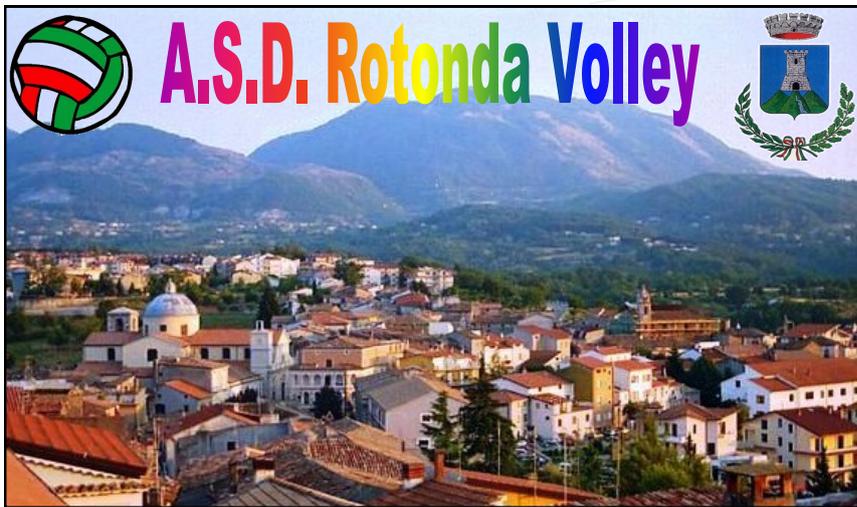
Zona Industriale Tito Scalo (Pz)
www.azzurrafinestre.com

Un amore mai sopito

Grazie ad alcuni appassionati rinasce il volley a Rotonda



C'è voluto del tempo perché la pallavolo, uno degli sport più praticati nella storia di Rotonda, potesse nuovamente tornare a destare l'interesse degli sportivi del Comune del Pollino. O meglio, di una parte di loro. Quelli che già nel passato si erano cimentati nella disciplina che tanti allora ha portato alla squadra nazionale di volley. Il tutto è nato quasi per scherzo quest'estate, quando una schiera di amici si è trovata sul campo di via Roma a palleggiare sotto la rete. Perché dopo l'esperienza delle ultime stagioni degli anni ottanta, non ripartire daccapo e metter su una nuova squadra? Si sono chiesti. Detto e fatto: nel giro di poche settimane si sono messi in moto per riannodare i fili di un discorso lasciato in sospeso. Avviate le prime procedure burocratiche, durante le festività natalizie, ultimo summit per suggellare i dettagli et voilà, la nuova società di pallavolo rotondese è pronta per essere varata. Si chiama A.S.D. Rotonda Volley ed ha come presidente Gianantonio Di Sanzo, uno che vent'anni fa dirigeva in cabina di regia per i suoi schiacciatori ed oggi è un informatico. Sua vice, Rosetta Raimondo. Tra i fondatori, il neo sodalizio sportivo annovera altri componenti della "vecchia" guardia: a partire da Fabio Fonte che della nuova compagine



sarà anche il tecnico, Giuseppe D'Anna, Fernando Nicolao e Francesco Tarantino. Preparatore atletico sarà Giosuè Filizzola. Si riprende, dunque, a svolgere una disciplina che nei primi anni del nuovo secolo, grazie al presidente Gino La Gamma ed ai suoi collaboratori, aveva conosciuto stagioni importanti con le partecipazioni a competizioni regionali di una squadra femminile. L'intenzione, oggi, è quella di avviare al più presto una attività agonistica rivolta sia agli uomini che alle donne, ai giovani e meno giovani, al fine di organizzare team che possano prendere parte ai campionati ufficiali di varie categorie.

Lo spirito, comunque, è quello di riavvicinare a questo sport quante più persone possibile e creare una ulteriore opportunità per chi voglia dedicare il proprio tempo libero cimentandosi in attività salutari e socializzanti. In attesa di vedere ultimata la tensostruttura nel Rione Pietro Nenni, sul cui parquet sarà possibile svolgere le sedute di allenamento e le gare ufficiali, probabilmente ci si appoggerà ad impianti esistenti nei paesi vicini.

Silvestro Maradei

ZONA VOLLEY



Il Comune di Rotonda, sede dell'Ente Parco Nazionale del Pollino, situato nella parte meridionale della Basilicata, costituisce una eccellente meta turistica. Arroccata su di un colle, al margine sud-orientale della Valle del Mercure, è una zona di grandi bellezze paesaggistiche e naturali. Con strette stradine e semplici chiese, la cittadina, la cui popolazione residente fa registrare poco più di tremilaseicento abitanti, costituisce il naturale punto di partenza nell'esplorare l'incantevole intreccio di flora (tra cui ricordiamo il Pino Loricato) e fauna (lupi, volpi, cinghiali etc.) offerto dai rilievi della catena del Pollino. Grazie alle strutture ricettive presenti ed al personale organizzato dal paese, è possibile effettuare escursioni guidate nel Parco o soggiornare in uno dei rifugi presenti nella zona.



n.d.r.



Minivolley: in archivio la seconda tappa

L'alto numero di partecipanti crea qualche problema agli organizzatori

Si è svolta a Venosa, cittadina nativa del poeta Orazio, la seconda tappa del Circuito Provinciale di Minivolley 2010-2011. Domenica 30 gennaio scorso si sono ritrovate, nel palazzetto dello sport venosino oltre novanta squadre in rappresentanza di ben quindici società sportive della provincia e della città di Potenza. Oltre quattrocento i miniatleti accompagnati da tantissimi genitori che hanno fatto rilevare agli organizzatori un numero di presenze di quasi settecento persone. Una partecipazione così alta ha messo in difficoltà la macchina organizzativa, la giornata di pioggia ha costretto i presenti a rifugiarsi nell'impianto sportivo che è risultato inadeguato ad ospitare un numero di partecipanti così elevato. Comunque alla fine della mattinata, intorno alle 13.30, tutti bambini anche se in spazi ristretti, sono riusciti a disputare le loro partite e sono tornati felici a casa. Un grazie comunque deve essere speso per tutti coloro che si sono adoperati per la buona riuscita della manifestazione ed a tutti quelli che hanno mostrato comprensione per i disagi creati da una situazione imprevedibile. Nonostante il Comitato Provinciale da questa stagione abbia limitato la partecipazione al Circuito alle sole scuole elementari con le due categorie di palla rilanciata e del minivolley, scorpondo l'under 12 proprio per non creare situazioni di sovraffollamento nelle tappe, si sono ugualmente verificate problematiche di vario genere. Se da un punto di vista dell'interesse che questa fascia di attività produce c'è da essere più che soddisfatti,



dall'altro bisogna analizzare attentamente i problemi che possono trasformare una giornata di festa e spensieratezza in un giorno di attese deluse. A questo punto sarà compito del Comitato Provinciale, prima dell'assegnazione delle tappe per la prossima stagione, verificare l'adeguatezza degli impianti dove svolgere le gare che dovranno necessariamente disporre di tribune per allocare il numero pubblico al seguito delle squadre. Comunque, nonostante

pa che si terrà domenica 20 febbraio p.v. L'esperienza, la dedizione, le capacità organizzative della società Antares e le caratteristiche dell'impianto sportivo omologato per le gare di B/1 faranno passare in secondo piano i piccoli disagi vissuti a Venosa. Vi aspettiamo dunque numerosi per trascorrere una sana giornata di sport e divertimento.

Domenico Lavanga
Presidente C.P. Potenza

te qualche problema l'interesse per il minivolley è in continua crescita segno della passione che ormai quasi tutte le società affiliate alla FIPAV dedicano a questa fascia di età. Il prossimo appuntamento è al Pala Pozzillo di Sala Consilina per la terza tappa



Varato il piano provinciale 2011 per lo sport

Contributi per 264 mila euro nonostante i tagli



Il "futuro in corso" passa anche attraverso il sostegno allo sport. Il movimento, con il suo stretto legame tra testa, cuore e muscoli, è una metafora perfetta dell'impegno che l'Amministrazione Provinciale di Potenza sta portando avanti. Nonostante la continua erosione ai trasferimenti statali, si mantengono immutati i fondi a sostegno della pratica sportiva, riconoscendole un ruolo educativo e una fondamentale importanza per l'aggregazione. Questa la premessa del Presidente della Provincia di Potenza Piero Lacorazza, alla presentazione del piano provinciale dello Sport per la concessione di finanziamenti per interventi di promozione delle attività fisico-motorie e ludico-sportive, avvenuta lo scorso 28 gennaio nella sala "Picardi" di Piazza Mario Pagano a Potenza. Il bando per il sostegno alla pratica sportiva, che è stato pubblicato lunedì 31 gennaio (**con scadenza il 1° marzo**) sul sito dell'ente (www.provincia.potenza.it - nella sezione "avvisi"), è finanziato con un importo di 264 mila euro, un segnale in decisa controtendenza rispetto ad un quadro generale di ristrettezze. I destinatari dei contributi saranno i comuni, le istituzioni scolastiche

e le associazioni e società sportive, che promuovano attività finalizzate, in particolare, al recupero dei disabili e alla diffusione della pratica sportiva fra i soggetti a rischio esclusione. Sono ammissibili al finanziamento le domande per progetti il cui fine rientra nelle due seguenti tipologie: promuovere le attività motorie in ambito scolastico; promuovere le attività per l'incentivazione dello "sport per tutti". "Finanziare la pratica sportiva - ha aggiunto Lacorazza - rientra in una strategia più complessiva dell'amministrazione a sostegno dello sport, uno degli ultimi luoghi, in una società individualista e disaggregata, della dimensione sociale di aggregazione che riesce a tenere insieme regole e competitività. Oltre alla fruibilità delle palestre scolastiche di proprietà dell'Ente per circa una sessantina di associazioni sportive, prosegue il programma, da oltre 2 milioni di euro, per dotare ogni comune del territorio di un impianto sportivo. Degli 84 interventi ammessi a finanziamento, 70 sono stati finanziati, 26 ultimati, 24 sono attualmente in corso, mentre per 17 interventi si è nella fase di avvio o di affidamento

Anna Maria Pusillo

nicodemo

arredamenti



Comitato Provinciale
POTENZA

www.potenza.federvolley.it

Via Sicilia snc-85100 Potenza
Tel:097137123—fax: 097135959
mail: potenza@federvolley.it

Una città da scoprire

Le emozioni della storia, dello sport... della vita

Chissà quante volte, passeggiando lungo le vie di Potenza, incontrandoci nei suoi luoghi di ritrovo, fermi a chiacchierare sotto i lampioni della sua piazza principale o nei tanti bar, abbiamo pronunciato tutti, prima o poi, la solita frase che rimbalza ciclicamente di bocca in bocca: "...Eh sì, però questa città non è che offrta molto, soprattutto ai giovani... Non è che sia un buon esempio di iniziative di qualsiasi genere...". Alzi la mano chi di noi non ha mai fatto parte, almeno una volta, della schiera di detrattori di un centro che, con tutte le sue luci ed ombre, è la città in cui viviamo e che, nel bene e nel male, ci rappresenta un po' tutti. Con il passare degli anni ho attraversato in lungo e in largo le sue strade, l'ho odiata nei momenti di rabbia ed ho imparato ad amarla col trascorrere del tempo, pur rendendomi conto dei suoi limiti. Proprio il tempo mi ha fatto da guida e mi ha insegnato a conoscere Poten-

che poteva offrirmi e offrire a tutti. Nel 2011 si celebrano i 150 anni dell'Unità d'Italia e forse non tutti sanno che proprio il nostro capoluogo, insieme ad altri comuni della Basilicata, il 18 agosto 1860 fu tra i primi ad insorgere contro il dominio borbonico, rovesciandolo e proclamando la propria annessione al Regno d'Italia. Gli eroici moti valsero a Potenza la medaglia d'oro al valore risorgimentale. Ho scoperto questa "Piccola storia" ponendomi, un giorno, una semplicissima domanda: "Perché la piazza degli ascensori si chiama 18 agosto 1860?". Come dicevo poche righe sopra, una città la si scopre, in ogni suo aspetto, soprattutto ascoltandone le voci e, proprio facendo questo, sono venuto a conoscenza di un'altra storia, questa volta sportiva, che coinvolgerà il nostro capoluogo; dal 2 al 5 giugno 2011 Potenza ospiterà la Finale Nazionale di Pallavolo Maschile Under 16, mettendo a disposizione tutte le



nista del volley nazionale grazie all'arrivo e alla partecipazione di squadre provenienti da tutta Italia: sarà sicuramente coinvolgente l'atmosfera che si respirerà in quei giorni di giugno in cui la pallavolo riempirà tutte le palestre attirando l'attenzione degli addetti ai lavori, degli appassionati o dei semplici curiosi. Molti di voi potranno forse chiedersi cosa accomuna, a questo punto, la storia di Potenza risorgimentale e la finale nazionale maschile under 16; forse non hanno nulla in comune, o forse sì... Conoscere Potenza significa scoprirne il passato, il presente e il futuro, comprenderne ogni aspetto, da quello storico a quello sociale o a quello sportivo perché tutti questi lati, una volta messi assieme, potranno cambiare la solita frase dell'inizio e trasformarla in qualcosa di decisamente diverso: "...Certo che questa Potenza ha tanto da raccontare e tanto da offrire sai? In fondo basta solo saper cercare..."

Vincenzo Santangelo



Potenza - Piazza XVIII Agosto 1860

za scoprendola a poco a poco in tutti i suoi aspetti, ascoltandone le voci e osservando ciò che mi capitava intorno, approfittando sempre di ciò

sue migliori strutture sportive e organizzative. L'obiettivo raggiunto è di grande importanza visto che, dopo diversi anni, la città sarà protago-

ABBIGLIAMENTO SPORTIVO



GIVOVA

POINT SALA CONSILINA 0975-206159



Un libero non "libertino"

Considerazioni tecniche sul settimo uomo in campo: il libero

Sono passati circa 13 anni da quando nel lontano 1998 fu introdotta una nuova figura nel mondo della pallavolo, abituata ad avere uniformi tutte uguali per la stessa squadra. Il suo arrivo sul terreno di gioco produsse una piccola rivoluzione. Agli inizi non era ben chiaro a tutti il reale significato ed il ruolo che il giocatore LIBERO doveva ricoprire. Ovviamente il regolamento ha ben pensato di codificare le sue funzioni e la sua posizione. Libero è quasi un eufemismo, dato che tanto libero questo giocatore non lo è, anzi è molto più vincolato rispetto a tutti gli altri giocatori come avremo modo di osservare ed analizzare qui di seguito. Per iniziare, il Libero non può essere né il capitano della squadra né tanto meno il capitano in campo, quindi non potrà mai essere il responsabile della squadra. Deve essere ben riconoscibile rispetto ai suoi compagni di squadra perciò avere un equipaggiamento nettamente difforme ed individuabile. Ogni squadra può nominare al massimo 2 giocatori Libero (il plurale non è presente per questo ruolo), quindi ciascuna formazione può essere composta da 11 giocatori più 1 giocatore Libero, oppure 11 giocatori e 2 Libero. La principale libertà che ha il giocatore Libero sta nel fatto che le sue sostituzioni, che possono avvenire esclusivamente con i giocatori difensori, posto 1 - 6 - 5, intervallate sempre da una azione di gioco, non vengono annoverate nel conteggio delle pos-

sibili sostituzioni che ogni squadra ha per ciascun set, che come ben tutti sanno sono al massimo 6. La zona di sostituzione del Libero è limitata dal prolungamento della zona di attacco e la linea di fondo campo, area ben visibile al segnapunti che dovrà registrare esclusivamente il numero del giocatore titolare che è uscito, nel caso di presenza di due Libero dovrà registrare sul r e f e r t o nell'apposita casella prima il numero di maglia del Libero che è entrato e successivamente il numero di maglia del giocatore titolare che è uscito.

Il Libero potrà uscire dal campo esclusivamente sostituendosi con il giocatore titolare. Come cita la regola 19.3.1.2 "la sua prestazione è limitata come giocatore difensore e non gli è permesso di completare un attacco da qualsiasi posizione (includendo terreno di gioco e zona libera), se al momento del tocco la palla è completamente al di sopra del bordo superiore della rete". Su questa definizione del regolamento è bene fare una piccola riflessione per far sì che si dissipino tutti i dubbi in merito alla definizione di attacco. La regola parla di posizione della palla e non del giocatore, quindi se un

giocatore Libero salta e colpisce la palla quando si trova parzialmente o totalmente al di sotto del bordo superiore della rete l'azione non è fallosa, quindi il saltare non implica commettere il fallo. Il Libero non può mai effettuare il servizio, né può murare o tentare di murare: il suo compito è esclusivamente quello di difendere. La regola 19.3.1.4 recita: "un compagno di squadra non può completare un attacco della palla che si trova completamente al di sopra del bordo superiore della rete, se essa proviene da un "palleggio" con le dita rivolte verso



l'alto del Libero che si trova nella sua zona di attacco. La palla può essere liberamente attaccata se la stessa azione viene effettuata dal Libero che si trova al di fuori della sua zona di attacco". In sintesi, il Libero non può fisicamente fare il palleggiatore sotto rete. Se non ci fosse stato questo vincolo ogni squadra avrebbe utilizzato il giocatore Libero non come difensore, bensì come palleggiatore avendo sempre a disposizione 3 attaccanti di prima linea, quindi sarebbe venuto meno il principio sul quale si fonda la figura di questo giocatore. In caso di infortunio può essere nominato un nuovo giocatore Libero, se non è presente il 2° Libero; viceversa, cosa molto importante, se si infortuna un giocatore e c'è la necessità di effettuare una sostituzione eccezionale, il giocatore Libero non può diventare un giocatore "regolare", ovvero se il Libero non può mai svestirsi della sua casacca. E' notizia degli ultimi giorni che la normativa italiana in materia dell'utilizzo dei due Libero è stata adottata sia per le competizioni europee che per le competizioni mondiali, a conferma dell'ottimo lavoro svolto dalla classe dirigenziale del settore arbitrale FIPAV Nazionale.

Emilio Sabia

Docente Regionale

Coordinatore Arbitri Provinciale



Primi passi verso il volo...

Considerazioni e didattica della rincorsa d'attacco

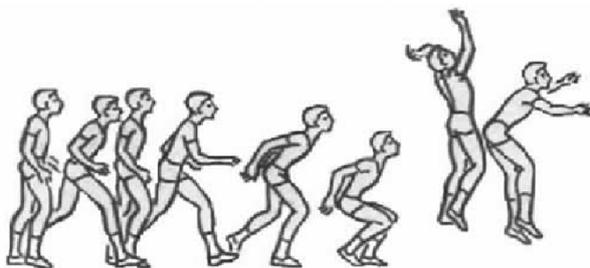
L'attacco, per un giovane atleta che si avvicina alla pallavolo rappresenta uno degli aspetti più motivanti del nostro sport. Ogni giocatore ha sempre voglia di schiacciare e, per questo, ha anche fretta di imparare, quanto prima, a farlo bene. Tuttavia l'attacco è un fondamentale complesso che per essere fruttuoso in gara richiede: A) una grande capacità coordinativa, che consente di impattare la palla, ovvero un oggetto in movimento, in fase di volo cioè in equilibrio precario; B) dei definiti requisiti fisici come elevazione, altezza e potenza del colpo che favoriscono la realizzazione di un attacco efficace; C) delle componenti tecniche specifiche ed allenabili quali la rincorsa, lo slancio degli arti inferiori e superiori, il caricamento delle braccia ed il colpo sulla palla. Ciononostante, sia per suo aspetto motivazionale, sia per una corretta progressione didattica è opportuno inserirlo fin da subito nel gioco, già dal minivolley, ad esempio come terzo tocco effettuato con una sola mano sopra la spalla e senza salto. Nello sviluppo del fondamentale gli elementi più rilevanti sono: la rincorsa d'attacco, la coordinazione della braccio nella fase di rincorsa e nella successiva fase di volo, il caricamento del braccio con il gomito alto, il tempo d'intervento e l'azione del polso sulla palla. La rincorsa è



il punto didattico iniziale che solo dopo un numero cospicuo di esercitazioni diventa proficua ovvero consente di impattare la palla nel punto più alto possibile. Affinché ciò avvenga è necessario che la rincorsa sia sufficientemente ampia, veloce e sviluppi in un'azione che consenta di verticalizzare il salto il più possibile. Fa eccezione su quest'ultimo punto l'attacco da seconda linea dove entra in gioco anche la componente profondità del salto. Prima di parlare della sequenza degli appoggi è utile ricordare che l'attacco non è mai un fondamentale a se stante ma, è sempre inserito all'interno di una sequenza di gioco che origina da una fase di ricezione o di difesa. La schiacciata è quindi preceduta da una serie di spostamenti per raggiungere un punto di partenza e da una fase di

inerzia in cui decidere qual'è il momento giusto per iniziare la rincorsa vera e propria. Le componenti tecniche della rincorsa sono: A) la sequenza degli appoggi: costituita da un primo passo con il piede sinistro ed un successivo stacco quasi consequenziale destro/sinistro; B) l'ampiezza variata dei passi: il primo appoggio con il sinistro è sempre più breve del successivo con il destro che deve risultare più ampio, mentre l'ultimo passo di sinistro serve, per così dire, da puntello, per proiettare il corpo verso l'alto nella successiva fase di volo; C) La velocità progressiva negli appoggi: il primo passo ha una velocità inferiore rispetto a quella dei passi di stacco destro/sinistro dove si deve originare un'accelerazione. Una rincorsa sufficientemente ampia e progressivamente veloce garantisce un buona elevazione. Ecco alcuni suggerimenti su come insegnare la rincorsa d'attacco nei settori giovanili:

Gianluca Casaletto
Docente Nazionale
Coordinatore Allenatori Provinciale



Posizione di partenza	RINCORSA			FASE DI VOLO	RICADUTA
	SINISTRO	DESTRO	SINISTRO		

1) Posizionare a terra dei simboli, nel disegno sono rappresentati dei piedi, l'atleta calpestandoli impara la sequenza degli appoggi;



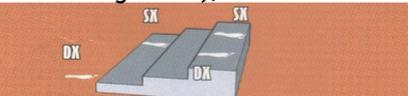
2) L'atleta prova a battere il ritmo degli appoggi con le mani, quindi lo esegue con la rincorsa senza salto. Il tempo è tan ta-tan;



3) Porre due linee parallele alla dovuta distanza. L'atleta esegue la rincorsa completando lo stacco dopo le due linee;



4) Eseguire la rincorsa su gradini bassi, il sinistro sul primo gradino e lo stacco sul terzo (saltando il secondo gradino);



5) Porre fila di ostacoli con altezza e distanza adeguata, eseguire una serie rincorse saltando l'ostacolo;



6) Eseguire rincorse di attacco al Wertec per stimolare il salto massimo verticale;





Puzzle di storie ed emozioni

Non sono una giornalista e non aspiro ad esserlo. Con tutta probabilità, se anche coltivassi velleità in questo senso, l'esito sarebbe deludente, perché del giornalista mi manca una dote fondamentale: l'asetticità, quanto meno di circostanza. Io vivo di emozioni...ed è questo che farò in questo spazio che mi è stato così generosamente concesso: vi racconterò UN'EMOZIONE. Questa è una storia vera o, meglio, un intreccio di storie: nulla di ciò che scorrerà sotto gli occhi dei lettori è frutto di invenzione. E con i lettori mi scuso fin d'ora se mi sono oltremodo dilungata, ma un'emozione non si può "riassumere", sarebbe come graficarla. Perciò li esorto ad arrivare fino in fondo...e mi auguro che, alla fine, l'effetto sia tutt'altro che soporifero. Questa è la storia vera di O.G., oggi insegnante, moglie e madre...ieri protagonista di una di quelle esperienze di vita e di sport che attualmente non si rintracciano con tanta facilità. Perché, come si dice, "sono cambiati i tempi"? Perché la quotidianità, per disgrazia o per fortuna (dipende dai punti di vista), offre ai nostri giovani altri stimoli? Perché lo sport, TUTTO lo sport, sul "cattivo esempio" del calcio, rischia di essere progressivamente e repentinamente fagocitato dal business, dimenticando di essere UN VALORE non solo economico? Lascio a ciascuno i propri "perché" ed anche le relative risposte; io so per certa solo una cosa: il PERCHÉ' ho deciso di raccontarvi questa vicenda...ed il mio PERCHÉ' si riassume in due parole: esempio e nostalgia.

"Quando ho cominciato a giocare a pallavolo avrò avuto 12-13 anni. Ero una "ragazzona" alta alta, strizzavo sempre gli occhi per distinguere qualcosa nella nebbia della miopia; se ridevo, lo facevo il più delle volte a sproposito; ero irrimediabilmente gaffeuse; mi vestivo come una signorina di buona famiglia anni '50 (benché corressero gli anni a cavallo tra gli '80 ed i '90); avevo la proverbiale grazia di un elefante in un negozio di cristalli di Boemia; scrivevo disperate poesie e, per di più, ero brava a scuola, quindi segnata, agli occhi del mondo, dalla irreparabile (o quasi) fama di secchiona presuntuosa. In sintesi: socialmente una catastrofe! Tiravo avanti, cercando di aprirmi una strada qualsiasi, poco aiutata e meno ancora capita da una famiglia distratta, tutta presa da altre faccende. Il successo scolastico mi garantiva qualche parziale gratificazione, ma alla fine, agli occhi dei compagni, ero una sfigata che andava in giro con altri sfigati come lei. All'inizio, quando cominciavi, quasi per caso, a frequentare la palestra e a sostenere i primi allenamenti di pallavolo, ero disastrosa. Assolutamente scoordinata, non vedevo la palla e, grazie alla "galoppante" miopia, nel migliore dei casi la indovinavo, nel peggiore la prendevo



direttamente in faccia. Ero perennemente in allarme, mi guardavo intorno cercando di capire come muovermi in quell'ambiente a me assolutamente estraneo e spesso, in questo mio costante sforzo di osservazione, mi distraevo, rimanendo nel bel mezzo del campo a bocca aperta, con aria a dir bene ebete. L'unica qualità che sembravo possedere e che garantiva qualche modesta speranza sul mio futuro agonistico era la mia ragguardevole altezza, allora già raggiunta: il mio "1,85 senza tacchi", che fino, a quel momento, mi aveva riservato soltanto delicate "prese per i fondelli" (della serie "tanto alta, tanto scema"). Peccato che l'allenatore di allora non credesse nelle giocatrici alte (sic!) - perché "poco agili" asseriva - ed aveva costruito una squadra di "nanerottole" velocissime, altezza media 1,65. Insomma, ero fuori posto e fuori misura anche lì. Ad un certo punto (non ne ho mai saputo il motivo con chiarezza) la squadra si disintegrò. Le atlete e l'allenatore litigarono con la dirigenza e se ne andarono in massa. Rimasero solo le ragazzine del centro addestramento e la sottoscritta, che aveva cominciato giusto qualche mese prima. Retrocessione d'ufficio all'ultimo gradino dei campionati e la prospettiva, tristemente scontata, di chiudere bottega per mancanza di materia prima. Fu deciso l'azzardo: fare una squadra di tredicenni, buttarle nella mischia e vedere cosa sarebbe successo. Così, da un momento all'altro ci ritrovammo in prima fila, inaspettatamente trasformate da "pulcini" in prima squadra...noi ed il nostro giovanissimo allenatore M. M. era poco più grande di noi: 19 anni al massimo. Di certo non poteva essere definito un allenatore esperto, però aveva due grandi doti: la passione ed il senso di responsabilità. E poi la nostra squadra assomigliava, per molti versi, ad un "pollaio"...voglio dire... tra una decina di tredicenni improvvisamente assunte al rango di "primedonne", i



PEUGEOT
MOTOR FRANCE
 SOCIETÀ DI CAPITALE UMANO

“femminei sgallinamenti” si sprecavano, come era ovvio, per quanto avvilito che fosse: invidie, piccole ripicche, punture di spillo di vario grado ed entità. Da questo team dissestato e scalcinato, bisognava, però, tirare fuori un “gruppo”: sapete, come in quei film americani che vanno per la maggiore su Disney Channel, dove la squadra di football degli imbranati miracolosamente vince il confronto decisivo con i campioncini locali, con relativo contorno di buoni sentimenti e di doverosa esaltazione del “dream team”... Beh, anche noi, in quegli anni, abbiamo vissuto il nostro piccolo sogno di gloria. A ripensarci, eravamo proprio matte: quattro allenamenti a settimana in orari impossibili ed in palestre sporche... poi la partita, spesso all’aperto, nel campo della scuola, magari sotto la pioggia. Io, causa la mia indiscutibile incapacità, me ne stavo in panchina e mi rodevo il fegato: **VOLEVO ENTRARE IN SQUADRA**. E, alla fine, mi riuscì, grazie ad una “provvidenziale” epidemia di influenza che aveva falciato i titolari. Era la mia occasione e non mi sfuggì: dopo un’incredibile partita in cui detti il meglio contro le aspettative di tutti, mi ritrovai finalmente nel tanto agognato sestetto base. Credo che M. intuisse la mia rabbia e sapesse che avevo un disperato bisogno di incanalarla in una qualche direzione: ero stanca delle mie crisi adolescenziali che non mi portavano da nessuna parte. Il volley è uno sport di nervi: non esiste contatto fisico con l’avversario e, quindi, tutto si gioca, a parità di condizioni, sulla capacità di reggere psicologicamente lo stress della sfida. Imparai a fare tante cose in quei mesi: imparai a muovermi, a credere che potevo fidarmi del mio corpo; imparai che per andare avanti mi sarebbero state sempre necessarie intelligenza e forza di volontà, perché di sicuro non ero un’atleta istintiva, ma quello che riuscivo ad ottenere da me stessa era frutto di riflessione e sacrificio. Imparai anche che, poi, dovevo, almeno in apparenza, dimenticare quello che avevo imparato, perché, nella frazione di secondo in cui decidi come muoverti per respingere la palla, non puoi stare a fare troppi calcoli e troppi ragionamenti. Imparai a controllare la tensione emotiva e a concentrarmi sullo scopo da raggiungere. Imparai a non avere paura e a non vergognarmi più. Avevo una tale voglia di rifarmi di tutte le frustrazioni che avevo subito (non ultimi gli inviti insistenti di mia madre a farla finita con quello sport nel quale, secondo lei, sarei sempre stata una schiappa) che della squadra, sinceramente, non me ne fregava niente. Mi ricordo in particolare una nostra sconfitta, nella quale non avevo avuto responsabilità: avevo giocato bene e lo sapevo. Ero assolu-



tamente soddisfatta di me e lo dimostrai chiassosamente all’uscita dalla palestra, finché M. mi prese per un braccio e mi disse: “Tu hai giocato bene, ma la squadra ha perso. Se vuoi fare sport da sola, passa all’atletica o al nuoto o al tennis: la pallavolo non fa per te”. Che dire? Aveva ragione. E cominciai da allora a riflettere sulle ragioni degli altri, sul fatto che, appunto, dovevamo essere SQUADRA e non una somma di individualità perennemente in conflitto le une con le altre. Cominciammo a vincere. Nel giro di pochi anni arrivammo dirette fino alla serie B. Continuavamo a giocare con una grinta che solo raramente ho occasione di riconoscere nello sport di oggi. Ci facevamo male, ma andavamo avanti: menischi distrutti, dita fratturate...eppure, non appena potevamo, tornavamo in palestra...fasciate, doloranti, a perenne rischio di guai più seri. E non ci pagavano mica! Non posso offrirvi ricordi edulcorati delle mie esperienze sportive: l’agonismo implica comunque cattiveria, sia pure nel rispetto delle regole. L’urlo in faccia all’avversario quando segni un punto che cos’è se non un gesto intrinsecamente violento? E le risse sugli spalti? E gli insulti all’arbitro? Ciononostante tutto rimaneva, in fondo, nell’ambito del GIOCO. Non intendevamo lo sport come un passaporto per il successo: era, in primo luogo, una passione. E visto che eravamo così “appassionate”, ci arrabbiavamo, ci insultavamo, vivevamo, prima e durante la partita, in una condizione di estrema eccitazione. Volevamo vincere e non eravamo per niente convinte che “l’importante è partecipare”. Ogni volta, la posta in gioco ci sembrava straordinariamente importante. Andammo avanti: siamo andate ad un passo dall’Olimpo delle più grandi e non ce l’abbiamo fatta per un pelo: allenatori sbagliati, mancanza di vivaio, abbandoni improvvisi, fra cui il mio, per motivi non dipendenti da me. Oggi, il Palazzetto dello Sport della mia Città è intitolato a M.; nella sede della Società, c’è sempre il suo ritratto. Altre ragazzine giocano e sono brave, ma non brave come eravamo noi, diciamo...e nessuna di loro sa bene chi fosse quel ragazzo magro, con gli occhi accesi ed un sorriso appena accennato. M. è morto di cancro a 29 anni... si era sposato da poco, aveva una figlia piccolissima... la malattia fu velocissima e implacabile. Mi ricordo che era a letto, stava male. Dopo una partita che avevamo vinto, andammo a trovarlo a casa, tutte insieme, per dargli la bella notizia. Mentre ci stavamo accomiatando, lui mi chiamò, mi prese la mano e mi sussurrò: “So che hai giocato bene. Brava.” Ed io ero FELICE”.

Ivana Lazzari

Arrivederci al 1 Marzo 2011

La POTENZA del VOLLEY

Direttore Responsabile

Anna Maria Pusillo

Editore: FIPAV - Comitato Provinciale Potenza

Via Sicilia snc - 85100 Potenza Tel: 097137123 - Fax: 097135959 mail: potenza@federvolley.it

Registrazione Tribunale di Potenza n. 407 del 17/11/2010

Publicato il 15-02-2011