



PAOLO MARCELLONI
la tecnica del pattinaggio in linea



1999-2008: 26 SETTIMANE DI STAGE ESTIVI FEDERALI



Domenica 24 Agosto è partita la "ventiseiesima" settimana degli Stage Estivi organizzati dalla Federazione Italiana Hockey e Pattinaggio.

Per il secondo anno consecutivo è Sestola ad ospitare gli atleti delle categorie ragazzi ed allievi, promettenti giovani dai 12 ai 15 anni.

Alle 10.00 presso la hall dell'Hotel Nuovo Parco, Daniela di Valli del Cimone è già operativa per le operazioni logistiche.



Anche lo staff tecnico federale convocato ha predisposto il suo "ufficio", si dovranno ritirare i certificati medici, la tessera federale, il tesserino sanitario, diventerà il luogo di riunioni, di elaborazioni dei programmi, di verifiche e discussioni dei lavori svolti.



Con Enrico De Riu, collaboratore fondamentale di queste dieci edizioni, convocati i tecnici:

- Thomas Gualtieri, "il sempre presente" nelle prime tre edizioni come osservatore, dalla quarta fino ad oggi sempre convocato e preziosa pedina,
- Gabriele Corno, "il più eclettico" giovane ma ricco di esperienze sia come atleta che come allenatore,
- Alessio Bianchini, "la new entry" con noi da due anni,
- Giampietro Storti, "il serio del gruppo", persona affidabile, professionale, instancabile (un imprevisto gli ha purtroppo impedito di essere presente, ma sappiamo che con la mente ci è stato vicino, grazie e in bocca al lupo).
- Paolo Marcelloni, "parte dell'arredamento"!!!

Presenti per l'occasione anche due tirocinanti, il maestro di pattinaggio Giuseppe Diaco e l'allenatrice di secondo livello Alessia Scattolin, attenti osservatori e di grande aiuto per il buon andamento delle attività settimanali.

All'ora di pranzo i 49 atleti presenti sono passati sotto il controllo dei tecnici federali.

Già da queste prime ore abbiamo potuto apprezzare l'ospitalità e la gentilezza della titolare dell'hotel Nuovo Parco signora Gina e di tutto il suo staff.



Il programma della domenica, come consuetudine, procede con la presentazione multimediale della settimana, utile informazione per gli atleti, ma soprattutto per i genitori che rientrano a casa.

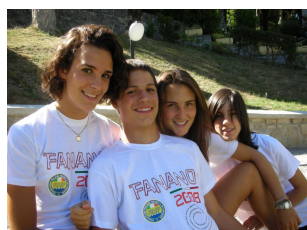
Quest'anno dobbiamo ringraziare Paolo Guerri (dirigente Valli del Cimone) che ci ha messo a disposizione la sala del cinema, abbiamo fatto rivivere ai presenti la prima edizione "pionieristica" del 1999 a Piancavallo, 91 atleti delle categorie giovanissimi, esordienti e ragazzi, sotto la guida dei "fantastici 4": Katia Spinelli, Filippo Cavallaro, Enrico De Riu, Paolo Marcelloni e naturalmente con la determinante disponibilità di Nadir e la moglie Annalisa.



Consegnato il pacco di partecipazione a tutti gli atleti, con alcuni gadget offerti da Valli del Cimone e la bella maglia della Federazione, si riparte per l'hotel, la foto di gruppo, zaini in spalla e via con l'autobus al palaghiaccio di Fanano per il test d'ingresso.



Belli come al solito!!!



... ma da tenere TUTTI sempre sotto controllo!

Abbiamo già avisato Walter, il mitico custode del palaghiaccio, che ci farà trovare sempre in ottime condizioni la pista, la nuova macchina pulitrice acquistata dal Comune è risultata efficientissima per rendere performante il fondo verniciato (ricordo che gli esordienti al trofeo Bruno Tiezzi hanno percorso il giro da 80 metri a 35 km orari).

Il percorso del test d'ingresso è pronto, il computer è acceso per la registrazione delle valutazioni tecniche e la successiva formazione dei gruppi, posizionati i birilli, un cronometro per avere anche un riscontro del tempo, l'inizio in ordine alfabetico del lavoro settimanale.

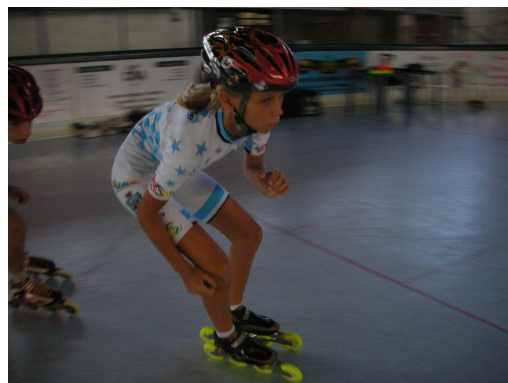
Vorrebbe fare il test anche lui, lo abbiamo sconsigliato!!!



I tecnici "veri", quelli che sanno sopravvivere una settimana con questi dolci ragazzi, hanno anche altri compiti che arricchiscono e danno il valore aggiunto agli stage...



Il riscaldamento "pre test" serve soprattutto ai ragazzi per adattarsi ad un fondo ad alta aderenza, situazione ancora assente in buona parte degli impianti italiani, la sensazione di non scorrere riscontrata in gran parte di loro è dovuta ad una posizione tecnica scorretta e lontana dal modello tecnico ideale.



Alessio chiama i primi in elenco, inizia il test d'ingresso.



Nel test vengono valutate prevalentemente le competenze tecniche, il tempo è un ulteriore dato che consentirà di dare maggiore uniformità ai gruppi di lavoro.

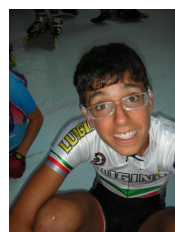
La valutazione ha un punteggio che va da 1 a 6, più alto il valore maggiore l'acquisizione tecnica dei vari fondamentali.

Il test lo potete consultare nella sezione "studi ed articoli tecnici" aprite il file "Progetto Giovani".

I tecnici valutano le singole prove, si consultano e decidono il punteggio da assegnare nei vari fondamentali tecnici predisposti:

- 1. partenza ed accelerazione,**
- 2. spinta in rettilineo,**
- 3. carrellamento,**
- 4. monopattino sul cerchio,**
- 5. accelerazione in curva,**
- 6. passo incrociato sul secondo cerchio,**
- 7. giro di pista,**
- 8. spaccata.**

L'ultimo atleta è in partenza, hanno dato il massimo, anche se tutti sanno che oltre alle molteplici informazioni di carattere tecnico che riceveranno, le attività collaterali della loro vacanza avranno l'adeguato spazio.



**Si rientra in Hotel, doccia veloce, cena, 4 chiacchiere e poi a dormire... si fa per dire!!!
Verso mezzanotte inizia l'elaborazione dei dati del test, in bacheca lunedì mattina i ragazzi cercheranno il loro nome inserito in uno dei 4 gruppi: "azzurri, verdi, gialli, rossi".**

Lunedì 25 Agosto

Risulta la giornata più difficile, sia per i ragazzi che per i tecnici.

Ci si comincia a conoscere tra tecnici ed atleti, tra atleti ed atleti, il ghiaccio si scioglie anche per chi è più introverso, si mettono subito in evidenza le personalità del gruppo, le variopinte dinamiche arricchiscono tutti i presenti.

La mattinata ed il pomeriggio si suddividono in due blocchi di un'ora e mezza, i gruppi svolgono attività atletica e sui pattini, i tecnici si alternano utilizzando la propria didattica con i vari gruppi.



E' una strategia, sicuramente ne la migliore ne l'unica, ma certamente molto incisiva e fruttuosa... le risposte dei ragazzi in questi 10 anni ci confermano la validità.

Partendo sempre dal nostro slogan "da grandi... Campioni", in queste settimane cerchiamo innanzi tutto di rendere consapevoli gli atleti di ciò che stanno facendo e quali obiettivi vogliamo raggiungere insieme.

Alcuni momenti di lavoro.



Esercizi di propriocettività, equilibrio, coordinazione: "uso alternato dei pattini".

Una metodica di lavoro proposta prima da soli poi in coppia, una proposta sistematica utilizzata durante la settimana come prima fase di riscaldamento... provate.

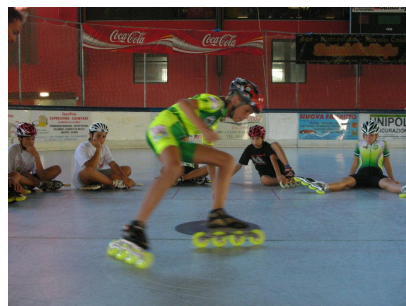
Lavoro in coppia con modificazioni degli arti inferiori e superiori sui vari piani.



L'uso alternato dei pattini è stato utilizzato per tutti i gruppi, per qualcuno la ricerca dell'equilibrio è risultata la difficoltà da superare, per altri un'occasione per sensibilizzare maggiormente un controllo già ad un buon livello (diversificazione dell'obiettivo con la stessa esercitazione).

Nella prima giornata si richiamano i fondamentali e si danno le indicazioni di una corretta impostazione.

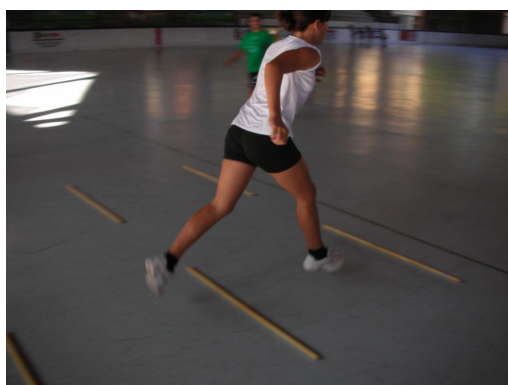
Le risposte esecutive faranno evidenziare esecuzioni corrette ed errori...



Il lavoro tecnico resta sempre predominante nelle varie Unità Didattiche, anche nei lavori di tipo allenante il feed back dell'allenatore arriva e corregge.



Non solo tecnica, proposti lavori di potenziamento, reattività, velocità, coordinazione generale e specifica e molto altro...



... le immagini parlano chiaro!!!

Da martedì 26 a venerdì 29 Agosto

Dal secondo giorno partono le attività collaterali che si aggiungono a quelle tecniche, il territorio ed i servizi disponibili tra Fanano e Sestola offrono molto.

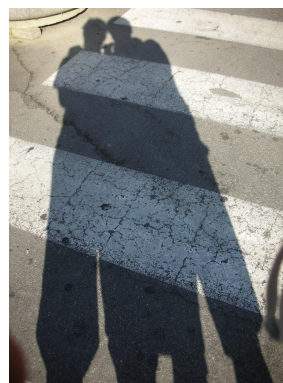
Martedì: escursione in montagna con guida.



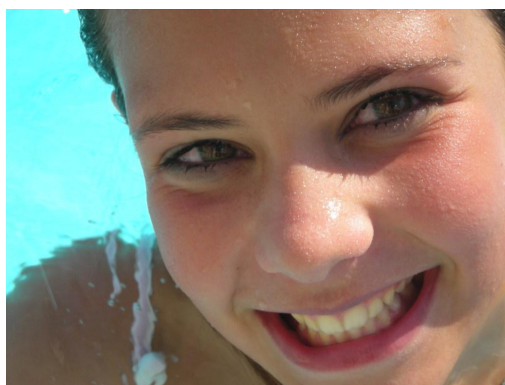
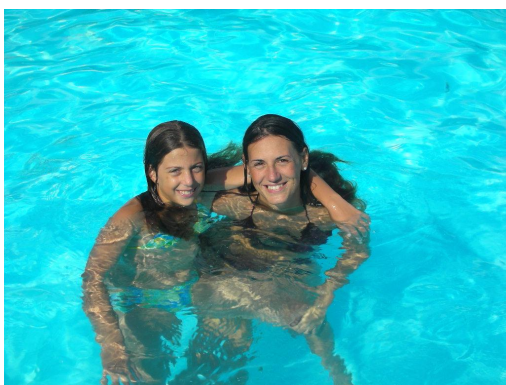
Mercoledì: "Monkey Park", imbragature, moschettoni, ponti mobili, attraversamenti, ad oltre 3 metri di altezza.



Giovedì: orienteering nel centro storico di Fanano.

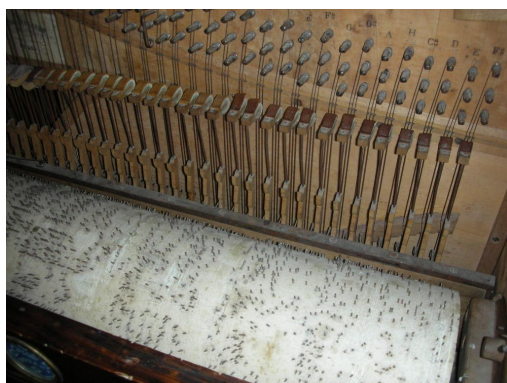
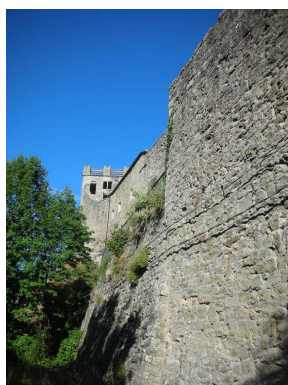


Venerdì: pomeriggio tutti in piscina (confidando in una bella giornata).



Sabato 30 Agosto

La mattina: l'escursione di mezza giornata quest'anno è stata più a carattere culturale, due musei da visitare all'interno della torre di Sestola (gli strumenti musicali nelle foto sotto sono della fine del 1800 ed inizio 1900!!!).



Il pomeriggio: una gara/allenamento spettacolo, per salutare i genitori presenti e concludere le attività tecniche.



**La sera: l'ormai classica festa finale, con assegnazione di premi, consegna dei diplomi di partecipazione, la lettera di valutazione per ogni atleta da consegnare agli allenatori.
... quest'anno una discoteca tutta per noi!!!**



Con questi splendidi 49 atleti si sono conclusi i primi 10 anni di Stage Estivi Federali. 26 settimane di Stage... praticamente 6 mesi con oltre 2000 pattinatori da tutta Italia. Un grazie particolare a tutti i tecnici coinvolti che hanno garantito all'organizzazione federale "continuità, professionalità, passione, crescita".

Grazie... non potevo chiudere in modo migliore!



10 anni: gli atleti della 26° settimana



Appuntamento al 2009, partirà una nuova avventura?

di: Paolo Marcelloni