

Skate Labs Jesi e Senigallia 2013 – 8.4.-14.4.
Coppa europea – Bologna



Paolo Marcelloni ha organizzato per la nostra squadra Inlinetalent Praha (25 partecipanti) per altre squadre ceche BK Náchod, ISC Praha e KSBM Praha e per altri atleti un Skate Labs a Jesi e a Senigallia. Alla organizzazione dello skate labs ha partecipato anche Mauro Guenci con la squadra di Senigallia - Roller club e Stefano Mazzarini tecnico della società Roller Marche di Jesi. Questo soggiorno di pattinaggio che hanno preparato per noi nessuno di noi per lungo tempo non potrà mai dimenticare e resterà per sempre scritto nei cuori di tutti noi. Al camp erano presenti anche altre squadre italiane come RoadRunners Chiaravalle, Lorezo Alfonsi, Danny Sargony, quale e' venuto ad allenarsi con noi a Senigallia ed a Jesi.



Oltre ad una preparazione sportiva di alto livello, lo skate labs ha offerto ai nostri partecipanti anche un'altra cosa molto importante, che ha reso questo soggiorno diverso dagli altri, ed è il fatto che i nostri atleti sono stati accettati dagli italiani come se avessero sempre fatto parte del gruppo. Infatti gli allenamenti fin dai primi momenti si sono svolti con grande intensità e in un ambiente molto amichevole.

La mattina abbiamo allenato in un circuito stradale di 400m in asfalto molto fine e sull' interna pista piana verniciata di Vesmaco. Per gli allenamenti e' stato usato un giro di 80m per gli atleti piu' piccoli.

Il pomeriggio si partiva per Senigallia, la quale e' situata vicino al mare dove si trova una bellissima pista celeste di lunga 200 m in Vesmaco ideale per il pattinaggio di corsa di alto livello. In questo posto abbiamo incontrato una squadra del posto che ha avuto molti successi Roller club Senigallia con il loro allenatore Mauro Genci e la sua atleta campionessa del mondo dell' anno 2012 Linda Rossi.

L' incontro con Linda Rossi e' stato per noi molto emozionante, anche perche' siamo stati accolti da lei e dalla sua squadra con grande cordialita'.

I nostri atleti hanno potuto partecipare all' allenamento e dopo un po' di emozione iniziale (perche' non ci capita tutti i giorni di pattinare con Linda Rossi) i nostri atleti si sono piano piano abituati a questa pista e i loro risultati sono migliorati.

Il lavoro per i grandi era in parte tecnico e e poi dedicato anche alla velocita' e alla dinamica dell' accelerazione. Interessante era anche l' allenamento con il paracadute, cosa che non era nuova per noi come metodo di allenamento, ma che non avevamo mai potuto sperimentare. Allenarsi con il paracadute e' stato molto difficile anche perche' abbiamo trovato un forte vento contrario, per cui abbiamo avuto difficolta' a mantenere la giusta posizione durante il pattinaggio.

Il lavoro di piccoli Paolo Marcelloni ha molto dedicato alla tecnica, la quale e' fondamentale per la il pattinaggio. Chi non ha la tecnica giusta, difficilmente potra' avere ottimi risultati. Abbiamo visto, che per esempio la tecnica del passo incrociato in curva, non e' un movimento cosi' semplice come sembra. Si tratta di vari movimenti messi tutti insieme e quali devono essere dettagliatamente capiti, anche perche' la curva aiuta all' atleta di accelerare. Abbiamo anche visto quanta attenzione e' riuscito dare Paolo ai piu' piccoli.



Paolo ha utilizzato durante il suo lavoro anche la musica, diversa velocita' e ritmi. In questo modo ha reso le sue lezioni non solo piu' interessanti, ma soprattutto facilitava tutti i movimenti in ritmo della musica.

Altra cosa molto interessante per noi era, che Paolo durante le sue lezioni ha usato microfono attaccato e in questo modo poteva dare le istruzioni e penso che tutto Jesi e Senegalia hanno potuto sentire le sue istruzioni. In questo modo anche gli atleti che erano dall' altra parte hanno potuto bene capire che cosa di deve fare.



Io non riesco ad immaginare se questo potrebbe funzionare da noi in repubblica Ceca, per i problemi di vicini, pero mi piacerebbe provarlo. ☺

Abbiamo provato molte variante di allenamenti, abbiamo potuto vedere diverse possibilitá come costruire un allenamento. Ho molte ispirazioni e motivazione per il mio lavoro e cerchero di migliorare i miei allenamenti.

La fine dello skate labs apparteneva agli atleti a Bologna. I piú grandi hanno partecipato alla coppa europea come David Stepanek, Mirek Prazma, Eva Praibisova per la squadra Inlinetalent e Lukas Vevera per la squadra KSBM PRAHA. Dagli atleti cechi ha partecipato anche Luaks Trnavsky, quale e arrivato alla gara con la rappresentativa dalla Slovacchia. Dopo i duri allenamenti che hanno tutti passato in questi giorni, comunque i nostri atleti hanno cercato di dare il meglio. Sucesso piu grande ha avuto Lukas Vevera nella gara di 1000m dove e´ riuscito ad arrivare al 9. posto e per un´ pelo non e´ riuscito a passare nell semifinale. La sua gara era per noi uno show anche perché ha avuto molto supporto dallo presentatore Paolo Marcelloni ☺ Lukas in questo modo e´ riuscito riprendere le forze e attaccarsi al gruppo. In ultima curva pero ha perso le forze e si e´ staccato. Una bella gara ha fatto anche David Stepanek e Eva Praibisova quali sono partiti in mezzo ai cca 40 atleti e sono arrivati intorno al 25. posto David e 28. posto Eva. Ringrazio molto a Paolo Marcelloni e a Mauro Genci per i preziosi consigli che hanno dato ai nostri ragazzi per la gara, perché per loro era molto difficile gareggiare in una pista parabolica come era quella a Bologna. Per noi era molto importante questa esperienza di gareggiare insieme agli atleti importanti come sono Fabio Francolini, Lozenzo Casioli e Linda Rossi. Mirek Prazma ha sentito molto la stanchezza dallo skate labs pero anche lui e´ riuscito lasciare dietro alcuni avversari ugualmente come Lukas Trnavsky.

Altro momento indimenticabile in Italia e´ arrivato alla fine della gara. Durante la premiazione di migliori atleti Paolo Marcelloni ci ha invitato a salire e ha premiatoe anche il noi. Abbiamo ricevuto una coppa in memoria con il numero 32, che significa che hanno una lunga tradizione in questa gara per 32 anni. Ho avuto l´ onore di ricevere questa coppa dal principale organizzatore della gara.

Per tutto questo un grande grazie a Paolo Marcelloni, quale a noi nella squadra Inlinetalent e anche alle altre nostre squadre nella repubblica Ceca ha dato il massimo possibile dalle sue conoscenze e esperienze di questo bellissimo sport. Grazie a Paolo anche per una perfetta organizzazione e ospitalitá.

Un altro grazie a Linda Brzonova, senza quale non si sarebbe tutto realizzato e auspica che sia possibile incontrarci di nuovo. Noi speriamo di rivvivere queste bellissime sensazioni di nuovo.

fotogalerie - http://inlinetalent.rajce.idnes.cz/Skate_Labs_Paola_Marcelloniho_-_Jesi_a_Senigallia_8.4.-14.4.2013_-_Bologna_E-cup

Pavel Zajpt

tradotto da Linda Brzonova

Praga, 18. 4. 2013