



PAOLO MARCELLONI
la tecnica del pattinaggio in linea



La tecnica del pattinaggio in linea

Riflessioni dal punto di vista del traduttore



Genesi dell'edizione tedesca

Mi sono imbattuto per la prima volta nel nome di Paolo Marcelloni in Internet, e in particolare sul sito web della Federazione di Inline Skating della regione tedesca del Baden Württemberg (bwic.de). Ciò che si diceva in quel sito mi ha letteralmente affascinato. Sotto il titolo *Inline-Technik für Kinder*, ovvero "Tecniche del pattinaggio in linea dedicate ai bambini", erano presentati vari disegni sull'argomento "Tecnica delle curve".

In aprile del 2006 ebbi l'opportunità di conoscere Paolo di persona. Mi pregò di fare un po' di pubblicità al suo libro in Svizzera, al che risposi che il fatto che da noi nessuno capisca l'italiano avrebbe rappresentato un problema. La sua risposta fu: "Allora traducilo!" Per quanto mi ricordo, al momento non reagii più di tanto a questa sollecitazione, che probabilmente non presi totalmente sul serio. Ma in seguito, più ripensavo a questa proposta e più mi rendevo conto che il compito, per il quale mi sentivo di avere tutte le carte in regola, mi attraeva alquanto. Chiesi a Paolo se la sua fosse un'offerta seria e lui mi rispose: "Forza, mettiti al lavoro! ... Creiamo emozioni!".

Questi, a larghi tratti, i fatti importanti che riguardano le origini dell'edizione tedesca. La traduzione poi nacque nei successivi sei mesi, in questa edizione è incluso anche un capitolo aggiuntivo che nell'edizione italiana non fu compresa. Sotto il titolo „Il mezzo meccanico" si trovano molte informazioni che riguardano la scarpa, il telaio, le ruote, i cuscinetti e l'assemblaggio del materiale.

La tecnica di base e di alto livello

Dal mio punto di vista questo libro a due grandi qualità:

In primo luogo la netta distinzione tra tecnica di base e quella di alto livello. La tecnica in questo libro non è solo una lenta progressione di esercizi, come lo troviamo in altri manuali, bensì un sistema

logico che mostra sia al principiante che all'atleta di alto livello i motivi chiari „del perchè” fare un certo esercizio. Con la tecnica di base si creano i presupposti per l'acquisizione successiva delle abilità specifiche dell'agonismo. Si tratta dunque degli elementi di base di cui è composta la tecnica specifica dell'agonismo. Questa metodologia ben strutturata è convincente a prima vista perché i nuclei della tecnica qui sono chiaramente elencati e descritti. Questi elementi di base sono:

- Posizione base
- Distribuzione del peso
- Traslocazione del baricentro e il trasferimento del peso
- Sensibilizzazione della caviglia
- La spinta
- La curva - Carrellamento
- La curva con spinta della gamba esterna
- La curva con spinta della gamba interna
- Il passo incrociato

Il secondo grande pregio di questo libro sono le analisi. In base a una grande collezione di riprese video è nato a mio avviso qualcosa di molto importante: una descrizione dettagliata della tecnica di alto livello. Le varie esecuzioni motorie vengono scomposte in modo meticoloso e in questo modo spiegato le caratteristiche specifiche del movimento.

Prendiamo come esempio di questi studi la „doppia spinta”: questa tecnica è composta da 8 fasi parziali.

- traslocazione del baricentro
- atterraggio
- doppia spinta simultanea
- doppia spinta
- spinta filo esterno
- spinta filo interno
- stacco
- recupero



Foto: spinta filo esterno

Chiari criteri di valutazione

In modo chiaro e tondo questo libro dice ciò che è corretto e quello che è sbagliato. Per cui, accanto alle illustrazioni della tecnica corretta si trovano anche immagini che rappresentano esecuzioni errate. In base a criteri di valutazione ben definiti queste dichiarazioni sono molto plausibili. Concretamente parliamo dei criteri seguenti:

- linearità dei 4 punti di riferimento (punta del pattino – ginocchio – spina iliaca – testa dell'omero)
- ampiezza del passo
- larghezza del passo
- profondità del passo
- inclinazione dell'asse corporeo in curva

La base di questo libro da una parte è la lunga esperienza come tecnico in varie società sportive e l'incarico come direttore della Scuola Italiana Pattinaggio (SIPaR). Dall'altra parte l'ininterrotta presenza ai Campionati Mondiali dal 1992, da cui è scaturita una ricca collezione di filmati sottoposti a studi di biomeccanica, che hanno permesso di descrivere con semplicità la tecnica di alto livello. Quest'opera quindi è l'espressione di un immenso tesoro di esperienze, per così dire la quintessenza di un lavoro trentennale.

Rodolfo Wenger