

arciери

La rivista della Federazione Italiana Tiro con l'Arco N. 6 Dicembre 2003



**2003: un bilancio esaltante
in prospettiva olimpica**

ARCO SPORT SPIGARELLI S.N.C.

Via Prenestina 252/e 00177 Roma tel 06/2148351 fax 06/2147212



www.arcosportspigarelli.com
venite a visitare il nuovo shop on line

FAI COME LORO, SCEGLI ARCO SPORT

**SPONSOR
UFFICIALE
SQUADRE
AZZURRE**



**NOI
COSTRUIAMO
LE
ATTREZZATURE
LORO
CI FANNO
I PUNTI**



ALESSANDRO ANELLI



ELIO DI BORT



MATEO BOGANI



MATEO EPICE



MARIO CAGAVATO



ANTONIO FOCINI



DAMIANO ARENA



GIORGIO SCIANCA



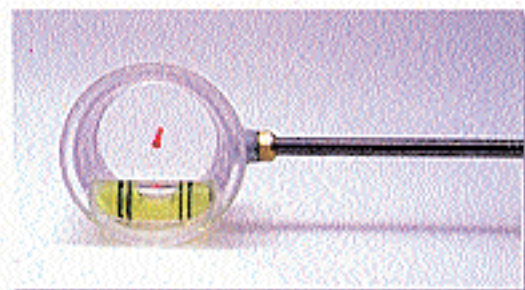
STEFANO PARDO



FRANCESCO LUNELLI



DIOTTRA LAS VEGAS LIGHT



**CORPO DIOTTRA IN LEZAN, LENTE IN POLICARBONATO
FORATA CON FIBRA OTTICA TRUGLO, BARRA IN ACCIAIO
AL VULFRAMIO 10/32.
LA DIOTTRA, TRASPARENTE PER LA MASSIMA RICEZIONE
DELLA LUCE, PESA 20gr.
LUMINOSA E LEGGERA.**

DISTRIBUTORE UFFICIALE
EASTON®

*I prodotti ARCO SPORT ed i prodotti da noi distribuiti li puoi trovare presso i migliori negozi
di archeria che espongono questo marchio.*

ARCO E FRECCIE / PERO (MI) *** ARCO MANIA 2 / OPERA MILANO *** ARCO TECNICA RIVOLI / TORINO *** ARMERIA LEO PARETTI / San Gemini TERMI
ARMERIA FRIGERIO / LECCO *** ARMERIA GINO DI SAVOIA / CATANIA *** ARMERIA MASSI / S. Martino in strada FORLÌ *** ARMERIA FERRAIOLI / Poggio Marino NAPOLI
ARMERIA ROSSETTI / Quorona PISTOIA *** ARMERIA TESTI / AREZZO *** ATTREZZATURE PER LO SPORT FALASIERI / FOGGIA *** BONARDO CACCIA E PESCA / Bro CUNEO
CACCIA PESCA SPORT CADONI / S. GIUSTO ORISTANO *** C&O ARCHERY / MEDA MILANO *** DANTE SPORT / Castelgrande REGGIO EMILIA *** DIAMIA 2000 / Spoleto PERUGIA
DI SPORT / SPIN ROMANO D'AZZOLINO VICENZA *** DONADONI FILIPPO / Alzavola lombardo BERGAMO *** DITTA F.LLI ANGELI / Tolmezzo UDINE *** FB BENI CHIARAVALLE / ANCONA
IL CUTTER TONDELLI / Novellara REGGIO EMILIA *** INGROCARCO POINT / ROMA *** EURO SERVICE RIGATTI / Rovereto TRENTO *** MAKI PESCA / Binasco MILANO
MISTER FISH NANNI PIERI / Cascina PISA *** PALMERI SPORT / MODENA *** RIDOLFI CARLO / Lido di camaiore LUCCA *** SDH di MARTUSCELLO / Arcola LA SPEZIA
TOXON SPORT / PERUGIA *** TRAPPER ADORNO / ALESSANDRIA *** UNIVERSAL SPORT / Sant'Antioco CAGLIARI





arcieri

N. 6 DICEMBRE 2003 La rivista della Federazione Italiana Tiro con l'Arco

Sommario

Direttore Responsabile

Gianfranco Colasante

Segreteria di Redazione

Marinella Piscioti

Amministrazione e Redazione

FITARCO - via Vitorchiano, 115

00189 Roma

Tel. 06 36856503 - Fax 06 36856658

www.fitarco-italia.org

e-mail rivista@fitarco-italia.org

Fotoservizi

Sandro Bartolozzi, Ma. Pi.

Concessionaria esclusiva pubblicità

Greentime SpA

Via Barberia 11 - 40122 Bologna

Tel. 051 584020 - Fax 051 585000

e-mail info@greentime.it

Preparazione e stampa

Marchesi Grafiche Editoriali SpA

Via Bomarzo, 32 - 00191 Roma

Tel. (06)330901 - Fax (06)3336505

e-mail info@marchesigrafiche.it

Finito di stampare gennaio 2004

Marchesi

ANNO XXIX • N. 6

DICEMBRE 2003

Iscrizione

Tribunale di Roma

n. 291 del 17/05/1988

La riproduzione totale o parziale degli articoli è consentita solo citando la fonte.

Editoriale

I SUCCESSI CHE MERITIAMO
di Mario Scarzella

2

Consuntivo 2003

UN BILANCIO ESALTANTE
di Marinella Piscioti

3

Direzione Tecnica Nazionale

VERSO ALTRI TRAGUARDI
di Tiziano Xotti

11

Campionati CAS-CAG

PIANI DI RILANCIO GIOVANILE
di Gian Carlo Casorati

14

Arbitri

ANNO INTENSO PER GLI «INTERNAZIONALI»
di Gian Piero Spada

16

Tecnica Compound

I SEGRETI DEL RISCALDAMENTO
di Tiziano Xotti

18

Notiziario

RISULTATI

19

NOTIZIE FEDERALI

20

Interviste

CONSIDERAZIONI SULLA PREPARAZIONE
di Gian Carlo Casorati

26

Campionati Europei Indoor

SASSARI 2004, CENTRO D'EUROPA
di Paolo Poddighe

30

Specializzazione

IL PRIMO CORSO PER TECNICI DI ATLETI DISABILI
di Stefano Vettorello

31

Attività Internazionale

GRAND PRIX 2004 A ROVERETO
di Oliviero Vanzo

34

Block Notes

UN PO' DI TUTTO...
di Giggi Cartoni

35

Regioni

APPUNTAMENTO IN TRENTINO
di Eraldo Tonelli

38

Medicina

TEST SULLE CAPACITÀ MOTORIE
di Gian Carlo Costantini

39

In copertina: il Presidente Scarzella con i 4 atleti già qualificati per Atene (da sinistra, Galiazzo, Valeeva, Frangilli, Di Buò)





I successi che meritiamo

Il 2003 si è appena concluso e viene spontaneo tirare le somme di un anno intenso: il risultato è in attivo, ma per una volta non mi riferisco alle nostre finanze, bensì ai tanti successi dei nostri atleti, all'attività sempre più proficua dei nostri tecnici e delle nostre società che sanno razionalizzare le loro scarse risorse coniugando l'esperienza con l'entusiasmo, alle molteplici iniziative che tutte le componenti federali hanno saputo portare avanti con l'obiettivo di far crescere il nostro sport e di renderlo sempre più popolare. Qualcosa davvero si sta muovendo, il Tiro con l'Arco è uscito un po' dalla sua nicchia in penombra e comincia a comparire un po' ovunque: parlano di noi i giornali, un campione come Frangilli è invitato su Rai Uno per partecipare ad una trasmissione sulle stelle sportive dell'anno appena trascorso, nelle scuole molti insegnanti scelgono la nostra disciplina come attività opzionale, il Coni si sta dimostrando molto disponibile nei nostri confronti accreditandoci come probabili medagliati ad Atene.

Il momento è dunque favorevole, ma sarebbe uno sbaglio addormentarsi sugli allori e accontentarsi del nostro orticello così ben arato. Dobbiamo continuare a seminare e allargare i nostri orizzonti intensificando il lavoro di promozione e di diffusione e puntando sempre più risorse sull'attività giovanile, perché è solo da una rosa sempre più allargata di giovani atleti che possono emergere i campioni del futuro.

La Fitarco sta investendo molto in questo settore, anche adesso che i riflettori sono puntati sulle Olimpiadi e che tutto sembra orientato esclusivamente a questo grande evento. A dicembre si è svolta la finale della 1° Coppa Italia Cas-Cag che, pur con le possibili pecche di una iniziativa appena nata e perciò ancora in fase di perfezionamento, ha dato vita ad una manifestazione entusiasmante, con un numero considerevole di società presenti malgrado le condizioni piuttosto restrittive di adesione (condizioni dettate peraltro dall'obiettivo di sollecitare le società ad occuparsi dei giovani a 360 gradi, senza privilegiare alcune classi a discapito di altre e, soprattutto, a porre particolare attenzione

alla componente femminile che un po' deficiata tra i nostri giovani), e tanti ragazzi impegnati, entusiasti, gratificati dal rappresentare la propria società e interpreti attenti e corretti di una formula, quella dell'Olympic Round, sconosciuta alla maggior parte di loro.

Il Consiglio Federale si sta già attivando per migliorare la formula di questa Coppa Italia, in modo da stimolare una più vasta partecipazione per il 2004, ma certamente verrà mantenuto lo spirito per cui è nata, che è quello di sollecitare la partecipazione del mondo giovanile ad eventi studiati apposta per loro, che possano dare impulso e stimoli anche a chi ha iniziato da poco a tirare e non ha ancora davanti i grandi obiettivi dei Campionati italiani. Il premio in denaro alle società non vuole essere solo un rimborso per le spese, ma un invito ad investire sempre di più nel settore giovanile.

Intanto, mentre i nostri atleti in erba si alleneranno per affrontare la 2° edizione della Coppa Italia giovanile, i loro campioni preferiti saranno ad Atene per conquistare una fetta di gloria, una medaglia olimpica che premi tanto impegno, tanta dedizione e tanto valore ormai acquisito in campo internazionale. Quattro atleti sono già qualificati, la squadra maschile e Natalia Valeeva, ma il numero potrebbe aumentare. A Bruxelles ci sarà offerta ancora una chance per qualificare altre due atlete e poter così schierare anche la squadra femminile: è qualcosa di più di una speranza perché le nostre ragazze si sono comportate benissimo alla Preolimpica di Atene, ma la formula secca di qualifica riservata ai Campionati del mondo di New York le ha penalizzate e ora non resta che tentare l'ultima carta al Campionato Europeo che si svolgerà a maggio in Belgio.

E adesso al lavoro, il 2004 è iniziato e abbiamo tutti un gran desiderio di andare avanti, ci aspetta un anno impegnativo in cui ognuno dovrà fare la sua parte affinché la nostra Federazione possa continuare sulla strada intrapresa e raccogliere quei successi che ha dimostrato di meritare.

Mario Scarzella

Un bilancio esaltante

di Marinella Piscioti



Un momento della conferenza stampa

campione mondiale (e Numero Uno del ranking mondiale) Michele Frangilli. La medaglia di bronzo a squadre ha significato il "passi" olimpico per il terzetto azzurro, raggiunto tra le ragazze per ora solo da Natalia Valeeva (seconda nel Ranking mondiale della FITA). Miglior viatico non si poteva desiderare in vista della stagione 2004 che culminerà nello straordinario stadio Panathinaiko – sede nel 1896 dei primi Giochi Olimpici dell'era moderna – con l'assegnazione dei titoli olimpici del tiro con l'arco.

Conferenza Stampa

Tempo di bilanci e consuntivi. Si può andare giustamente orgogliosi di quelli ottenuti nel corso del 2003 dagli atleti FITARCO. I nostri azzurri sono saliti sul podio in tutte le manifestazioni che contano, dai Mondiali agli Europei, assoluti e di categoria, uomini e donne. Un giusto momento di compiacimento che ripaga i grandi sacrifici e il grande impegno messo a disposizione della Federazione da tutte le sue componenti, gli atleti e le atlete in primo luogo, ma senza dimenticare i tecnici e l'enorme lavoro compiuto dai Club a tutti i livelli. Le tabelle che seguono riepilogano nel dettaglio gli allori conquistati nell'anno preolimpico. Spicca di luce particolare la qualificazione ottenuta nella prova iridata di New York dalla squadra maschile capitanata dal

La conferenza stampa di fine anno, che ha illustrato il magnifico bilancio d'assieme della nostra Federazione, è stata ospitata lo scorso 19 dicembre presso Palazzo Valentini, sede della Provincia di Roma. Assieme al presidente federale Mario Scarzella che ha tracciato gli importanti risultati dei nostri atleti, ha fatto gli onori di casa l'assessore allo Sport e al Tempo Libero, Attilio Bellucci (nella foto, secondo a sin.). Al tavolo d'onore (come mostra la foto) figuravano gli azzurri che hanno ottenuto i risultati più significativi della stagione appena conclusa: Michele Frangilli, Ilario Di Buò, Natalia Valeeva. Con loro Alvaro Carboni che, dopo diversi anni di altre esperienze lavorative, ha ripreso il posto di segretario federale. ■

I MIGLIORI RISULTATI DEL 2003

CAMPIONATI MONDIALI ARCHERY BIATHLON

Mittenwald (GER), 15/17 febbraio

•Daniele Conte (Pursuit)	bronzo
•Nadia Peyrot (Pursuit)	bronzo
•Nadia Peyrot (Mass Start)	bronzo

CAMPIONATI MONDIALI INDOOR

Nîmes (FRA), 5/9 maggio

•Ilario Di Buò (Arco Olimpico)	Oro
•Squadra Maschile (Arco Olimpico)	
Di Buò, Frangilli, Gializzo	Oro
•Squadra Maschile Juniores (Arco Olimpico)	Oro
Croce, Scammacca, Tonelli	

•Michele Frangilli (Arco Olimpico)	Argento
•Elena Tonetta (Arco Olimpico Juniores)	Argento
•Squadra Maschile (Arco Compound)	
Mazzi, Savegnago, Tosco	Bronzo

CAMPIONATI MONDIALI TARGA

New York (USA), 14/20 luglio

•Michele Frangilli (Arco Olimpico)	Oro
•Squadra Maschile (Arco Compound)	
Del Ministro, Girardi, Ruele, Tosco	Argento
•Squadra Maschile (Arco Olimpico)	
Di Buò, Frangilli, Gializzo, Lunelli	Bronzo

CAMPIONATI MONDIALI 3D

Sully sur Loire (FRA), 24/27 luglio

•Daniele Bellotti (Arco Nudo)	Oro
•Giuliana Capito (Arco Olimpico)	Oro
•Alberto Maffioli (Arco Compound)	Argento
•Sonia Bianchi (Arco Compound)	Argento
•Giulia Barbaro (Arco Olimpico)	Bronzo
•Squadra Maschile	
Bellotti, Cocchi, Maffioli	Bronzo



La finale dei Mondiali Indoor di Nîmes tra Frangilli e Di Buò



Michele Frangilli sul podio mondiale di New York

CAMPIONATI EUROPEI CAMPAGNA

Vagny (FRA), 10/16 agosto

•Alessandro Anderle (Arco Olimpico Juniores)	Oro
•Alvise Bertolini (Arco Olimpico)	Argento
•Giorgia Solato (Arco Compound)	Bronzo
•Squadra Femminile	
Pennacchi, Solato, Tomasi	Bronzo

RANKING LIST MONDIALE

ARCO OLIMPICO UOMINI

1	Michele FRANGILLI	Italia
2	Dong Hyun IM	Corea
3	Kyung-MoPARK	Corea
4	David BARNES	Australia
5	Wietse VAN ALTEN	Olanda
6	Richard JOHNSON	USA
7	Marco GALIAZZO	Italia
8	Tim CUDDIHY	Australia
9	Hasse Pavia LIND	Danimarca
10	Hai Feng XUE	Cina
11	Ilario DI BUO'	Italia
12	Yong-Ho JANG	Corea
	Felipe LOPEZ	Spagna
14	Baljinima TSYREMPILOV	Russia
15	Young Kwang CHOI	Corea
16	Viktor RUBAN	Ucraina
17	Jocelyn de GRANDIS	Francia
18	Franck FISSEUX	Francia
19	Juan Rene SERRANO	Messico
20	Oleksander SERDYUK	Ucraina
25	Francesco LUNELLI	Italia

ARCO OLIMPICO DONNE

1	Mi-Jin YUN	Corea
2	Natalia VALEEVA	Italia
3	Sung-hyun PARK	Corea
4	Evangelia PSARRA	Grecia
5	Juan Juan ZHANG	Cina
	Hyun Jeong LEE	Corea
7	Justyna MOSPINEK	Polonia
8	Iwona MARCINKIEWICZ	Polonia
9	Kateryna PALEKHA	Ucraina
10	Margarita GALINOVSKAYA	Russia
11	Derya SARIALTIN	Turchia
12	Jennifer NICHOLS	USA
13	Dan GUO	Cina
14	Alison WILLIAMSON	Gran Bretagna
15	Khatuna POUTKARADZE	Georgia
16	Yulia LOBZHENIDZE	Ucraina
17	Tetyana DOROKHOVA	Ucraina
18	Elena DOSTAI	Russia
19	Zelma NOVELO	Messico
20	Natalia NASARIDZE	Turchia
54	Cristina IORIATTI	Italia

UNIVERSIADI

Daegu (COR), 24/29 agosto

- Daniele Bauro (Arco Compound) Oro
- Squadra Femminile (Arco Compound) Bronzo
- Ansalconi, Pisano, Scarzella



Elena Tonetta sul podio Juniores ai Mondiali Indoor



La squadra campione del mondo indoor sul podio (Galiazzo, Frangilli, Di Buò)

CAMPIONATI EUROPEI TARGA GIOVANILI

Salonicco (GRE), 25-30 agosto

- Alessandro Anderle (Arco Olimpico Jun.) Argento
- Squadra Maschile Juniores (Arco Olimpico) Oro
- Anderle, Grandi, Scammacca, Tonelli
- Squadra Femminile Juniores (Arco Compound) Argento
- Benigni, Rolle, Spangher

ARCO COMPOUND UOMINI

- | | | |
|----|---------------------------|---------------|
| 1 | Fred VAN ZUTPHEN | Olanda |
| 2 | Jorge JIMENEZ | El Salvador |
| 3 | Clint FREEMAN | Australia |
| 3 | Dave COUSINS | USA |
| 5 | Dejan SITAR | Slovenia |
| 6 | Stefan GRIEM | Germania |
| 7 | Denis VANEZ | Francia |
| 8 | Tom HENRIKSEN | Danimarca |
| 9 | Michele PALUMBO | Italia |
| 10 | Jari HAAVISTO | Finlandia |
| 11 | Jean Marc BEAUD | Francia |
| 12 | Braden GELLENTHIEN | USA |
| 13 | Gabriel OLIFEROW | Venezuela |
| 14 | Martin DAMSBO | Danimarca |
| 15 | Vitor SIDI NETO | Brasile |
| 16 | Goran VILLI | Croazia |
| 17 | Rainer VOSS | Germania |
| 18 | Morten BÖ | Norvegia |
| 19 | Chris WHITE | Gran Bretagna |
| 20 | Peter ELZINGA | Olanda |
| 27 | Marco DEL MINISTRO | Italia |
| 38 | Mario RUELE | Italia |
| 44 | Antonio TOSCO | Italia |
| 90 | Fabio GIRARDI | Italia |

ARCO COMPOUND DONNE

- | | | |
|----|----------------------------|---------------|
| 1 | Mary ZORN | USA |
| 2 | Petra DORTMUND | Germania |
| 3 | Petra FRIEDL | Austria |
| 4 | Irma LUYTING | Olanda |
| 5 | Amber L. DAWSON | USA |
| 6 | Sandrine VANDIONANT | Francia |
| 7 | Luzmary GUEDEZ | Venezuela |
| 8 | Anna-Lisa TUUTTU | Finlandia |
| 9 | Sirkka SOKKA-MATIKAINEN | Finlandia |
| 10 | Giorgia SOLATO | Italia |
| 11 | Anne-Marie LAURILA | Finlandia |
| 12 | Valerie FABRE | Francia |
| 13 | Gladys WILLEMS | Belgio |
| 14 | Sofia GONCHAROVA | Russia |
| 15 | Louise HAUGE | Danimarca |
| 16 | Catherine PELLEN | Francia |
| 17 | Anna KAZANTSEVA-BOLOGOVA | Russia |
| 18 | Erika Aya LABRIE | USA |
| 19 | Madeleine FERRIS | Australia |
| 20 | Maggy MASSON | Francia |
| 63 | Eugenia SALVI | Italia |
| 65 | Francesca PERACINO | Italia |
| 94 | Stefania MONTAGNONI | Italia |

CAMPIONATI ITALIANI – TITOLI ASSOLUTI

Campionati Italiani Archery Biathlon Seniores A

•Daniele Conte (Arco Club Tolmezzo) e

Nadia Peyrot (Arco Club Prali)



Giorgia Solato



Nadia Peyrot ha vinto 2 bronzi ai Mondiali di Archery Biathlon

CAMPIONATI ITALIANI INDOOR

Arco Olimpico

•Ilario Di Buò (CUS Roma) e

Natalia Valeeva (Arcieri Re Astolfo)

Arco Compound

•Antonio Tosco (ALTA Como) e

Barbara Bettinelli (Arcieri Felsinei)

Arco Nudo

•Daniele Bellotti (Arcieri Fivizzano Terme di Equi) e

Ombretta Fornaciari (Arcieri dell'Ortica)

RANKING LIST NAZIONALE

ARCO OLIMPICO UOMINI

1	Frangilli Michele	1357	C.A.M.- Compagnia Arcieri Monica	25/04/2003	Cherasco
2	Galiazzo Marco	1342	Arcieri Padovani	17/07/2003	New York (USA)
3	Di Buò Ilario	1333	Cus Roma Tiro Con L'Arco	05/05/2003	Porec (CRO)
4	Parenti Andrea	1321	Arcieri Re Astolfo	18/05/2003	Faenza
5	Lunelli Francesco	1320	Arcieri Altopiano Pine`	05/05/2003	Porec (CRO)
6	Mazza Gabriele	1306	Castenaso Archery Team	18/05/2003	Faenza
7	Bertolini Alvise	1300	Arcieri Altopiano Pine`	13/07/2003	Crema
8	Casavecchia Mario	1294	Arco Club San Nicandro	05/05/2003	Porec (CRO)
9	Bisiani Matteo	1293	Arcieri D.L.F. Voghera	07/09/2003	Porto Corsini
10	Zorzetto Andrea	1291	Gruppo Arcieri Marengo	02/06/2003	Alpignano
11	Tonelli Amedeo	1276	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	16/08/2003	Schwaz (AUT)
12	Scammacca Ignazio Giorgio	1273	Arcieri Catania	18/05/2003	Barcellona Pozzo Gatto
13	Anderle Alessandro	1270	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	31/05/2003	Basilea (SUI)
14	Panico Federico	1270	Arcieri Citta' Della Paglia	18/05/2003	Venaria
15	Alciati Alberto	1264	Astarco Club	25/04/2003	Cherasco
16	Caltabiano Orazio Giuseppe	1263	Arcieri Del Pasubio	25/05/2003	Padova
17	Milesi Giuseppe	1263	Arcieri Della Francesca	10/05/2003	Milano
18	Panosetti Mario	1261	A.S. Arco Sport Roma	25/05/2003	Roma
19	Puglia Carmine	1254	Arcieri Normanni	03/05/2003	Salerno
20	Palmioli Giuliano	1254	Arcieri Del Medio Chienti	03/05/2003	Roma
21	De Pellegrin Oscar Ugo	1253	Arcieri Del Piave	08/06/2003	Castenaso
22	Botto Giorgio	1249	Carf Arcieri Delle Alpi	24/05/2003	Ivrea
23	Fiorini Davide	1247	Arcieri Il Valentino	18/05/2003	Faenza
24	Verdecchia Fulvio	1245	Cus Roma Tiro Con L'Arco	03/05/2003	Roma
25	Sgarito Calogero	1245	Arcieri Albatros Favara	15/06/2003	Catania
26	Quattrocchi Edoardo	1244	Cus Roma Tiro Con L'Arco	25/07/2003	Serravalle
27	Paris Tito	1244	Gruppo Sportivo Fiamme Azzurre	18/05/2003	Roma
28	Fubiani Paolino	1244	Arcieri Di Rotaio	01/06/2003	Bologna
29	Quargnolo Romualdo	1243	Arcieri Udine	15/06/2003	Gorizia
30	Corbucci Alessio	1243	Arcieri Hortinae Classes	18/05/2003	Roma



Lo Junior Alessandro Anderle, Oro agli Europei Campagna e Argento agli Europei Targa Giovanili

CAMPIONATI ITALIANI CAMPAGNA

Arco Olimpico

- Andrea Zorzetto (Gruppo Arcieri Marengo) e Cristina Ioriatti (Kappa Kosmos Rovereto)

Arco Compound

- Alessandro Lodetti (By Bernardini Archery Team) e Giorgia Solato (Arcieri del Torrazzo)

Arco Nudo

- Mario Orlandi (Arcieri Palagio Fiorentino) e Chiara Bertoni (Arcieri Castiglione Olona)

CAMPIONATI ITALIANI TARGA

Arco Olimpico

- Michele Frangilli (CAM Compagnia Arcieri Monica) e Natalia Valeeva (Arcieri Re Astolfo)

Arco Compound

- Antonio Tosco (ALTA Como) e Assunta Atorino (Arcieri Decumanus Maximus)



Natalia Valeeva che si è già qualificata per le Olimpiadi di Atene

ARCO OLIMPICO DONNE

1	Valeeva Natalia	1351	Arcieri Re Astolfo	17/07/2003	New York (USA)
2	Ioriatti Cristina	1306	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	05/05/2003	Porec (CRO)
3	Maffioli Elena	1286	C.A.M.- Compagnia Arcieri Monica	13/07/2003	Crema
4	Palazzini Fabiola	1279	Arcieri Della Francesca	25/04/2003	Cherasco
5	Tonetta Elena	1278	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	26/05/2003	Evry (FRA)
6	Navigante Chiara Lucia	1269	C.A.M.- Compagnia Arcieri Monica	17/07/2003	New York (USA)
7	Ballarin Antonella	1265	Arcieri Del Leon	29/06/2003	Lido Venezia
8	Tomasi Jessica	1265	Arcieri Altopiano Pine`	13/07/2003	Crema
9	Frigeri Maura	1262	Arcieri Della Francesca	29/06/2003	Ugnano
10	Perosini Elena	1261	Arcieri Audax Brescia	21/09/2003	Cologne
11	De Lucia Darinka	1257	Arco Club Tolmezzo	15/06/2003	Gorizia
12	Lionetti Pia Carmen Maria	1250	Polisportiva Arcieri Del Sud	06/07/2003	Barletta
13	Franchini Irene	1248	Arcieri Bismantova	17/06/2003	Antalya (TUR)
14	Barale Laura	1245	Arcieri Del Chisone	15/06/2003	Torino
15	Matteucci Silvia	1242	Arcieri Di Rotaio	25/05/2003	Ugnano
16	Bertone Paola	1239	1^ Comp. Arcieri Ugo Di Toscana	25/04/2003	Cherasco
17	Tamietti Anna Lorena	1238	Carf Arcieri Delle Alpi	25/07/2003	Serravalle
18	Frangilli Carla	1235	C.A.M.- Compagnia Arcieri Monica	31/05/2003	Basilea (SUI)
19	Fabiatti Marisa	1235	A. S. Senigalliese Tiro Con L'Arco	08/06/2003	Ancona
20	Allodi Roberta	1231	Arcieri Riccio Di Parma	25/05/2003	Reggio Emilia
21	Boni Serena	1226	Arcieri Giovanni Dalle Bande Nere	15/06/2003	Grosseto
22	Mento Simona	1225	Arcieri Toxon Club	15/06/2003	Catania
23	Calloni Ilaria	1219	Arcieri Arco Bussero	31/05/2003	Basilea (SUI)
24	Fantato Paola	1216	Arcieri Scaligeri	01/06/2003	Verona
25	Raseni Katja	1214	S.S.S.D. Zarja	06/07/2003	Basovizza
26	Panarella Cristina	1214	Arcieri Normanni	07/09/2003	Salerno
27	Di Pasquale Carla	1213	Castenaso Archery Team	01/06/2003	Bologna
28	Banchelli Gaia	1208	Associazione Polisportiva Besanese	01/06/2003	Bollate
29	Botto Anna	1205	Carf Arcieri Delle Alpi	24/05/2003	Ivrea
30	Minucci Ilaria	1204	Arco Club Monfalcone	29/06/2003	Lido Venezia



Michele Palumbo al nono posto della Ranking List Mondiale



Francesco Lunelli

RANKING LIST NAZIONALE

ARCO COMPOUND UOMINI

1	Palumbo Michele	1394	Polisportiva Genius Sez. Tiro Con L'arco	18/05/2003	Barcellona Pozzo Gotto
2	Ruele Mario	1386	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	25/04/2003	Cherasco
3	Tosco Antonio	1384	Soc. A.L.T.A. Como	25/04/2003	Cherasco
4	Girardi Fabio	1383	Arcieri Del Cangiande	01/06/2003	Bologna
5	Mazzi Stefano	1380	Soc. A.L.T.A. Como	01/06/2003	Bologna
6	Benedini Fabio	1380	Arcieri Monte Orfano	21/09/2003	Cologne
7	Del Ministro Marco	1376	Arcieri Citta' Di Pescaia	05/05/2003	Porec (CRO)
8	Faldini Luciano	1375	Arcieri Colli Morenici	29/06/2003	Urgnano
9	Chinotti Danilo	1369	Gruppo Arcieri Marengo	02/06/2003	Alpignano
10	Mulliri Dario	1365	S.S.V. Sezione Arco Pusteresi	13/04/2003	Cavallino
11	Trevisan Gianfranco	1362	Arcieri Montecchio Maggiore	01/06/2003	Bologna
12	Biagiola Bruno	1358	Arco Club Tarkna 1989	03/05/2003	Roma
13	Pagni Sergio	1358	Arcieri Citta' Di Pescaia	01/06/2003	Bologna
14	Meucci Sergio	1358	Associazione Sportiva Caere Archery	03/05/2003	Roma
15	Bauro Daniele	1357	Polisportiva Genius Sez. Tiro Con L'arco	18/05/2003	Barcellona Pozzo Gotto
16	Zago Giorgio	1357	Arcieri Bovolone	20/07/2003	Lagosanto
17	De Petri Giuseppe	1357	Arcieri Valtellina	08/06/2003	Cologno Monzese
18	Celi Giuseppe	1357	Arcieri Decumanus Maximus	29/06/2003	Lido Venezia
19	Simonelli Alberto	1357	Polisportiva Handicappati Bergamasca	10/05/2003	Milano
20	Beccari Franco	1356	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	10/05/2003	Milano
21	Vidale Guglielmo	1355	Arco Club Tolmezzo	15/06/2003	Gorizia
22	Fonda Diego	1354	Arco Club Monfalcone	15/06/2003	Gorizia
23	Bazzarello Daniele	1353	Gruppo Arcieri Marengo	02/06/2003	Alpignano
24	Ternavasio Flavio	1352	Arcieri Del Chisone	06/07/2003	Rivoli
25	Peruzzini Franz	1350	Arcieri Pesaro	01/06/2003	Bologna
26	Ballottari Gianni	1349	Arcieri Bovolone	20/07/2003	Lagosanto
27	Zaniboni Antonio	1348	Gruppo Sportivo Chizzoli Archery Team	29/06/2003	Urgnano
28	Botto Giorgio	1348	Carf Arcieri Delle Alpi	15/06/2003	Torino
29	Berti Emiliano	1347	Arcieri Le Rondini	03/05/2003	Roma
30	Menetti Sandro	1347	Castenaso Archery Team	18/05/2003	Faenza



Cristina Ioriatti



Jessica Tomasi

ARCO COMPOUND DONNE

1	Solato Giorgia	1387	Arcieri Del Torrazzo	05/05/2003	Porec (CRO)
2	Sacchet Valeria	1359	Arcieri Del Piave	13/04/2003	Cavallino
3	Montagnoni Maria Stefania	1358	Arco Club Tarkna 1989	18/05/2003	Roma
4	Salvi Eugenia	1356	Arcieri Colli Morenici	05/05/2003	Porec (CRO)
5	Bettinelli Barbara	1346	Arcieri Felsinei	18/05/2003	Faenza
6	Sambataro Biagia	1346	Arcieri Decumanus Maximus	25/04/2003	Cherasco
7	Doni Antonella	1343	Arcieri Decumanus Maximus	17/07/2003	New York (USA)
8	Beccari Elisa	1341	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	16/08/2003	Schwaz (AUT)
9	Chessari Giovanna	1340	Arcieri Iblea	15/06/2003	Catania
10	Pernazza Cristina	1339	Arcieri Augusta Perusia	29/06/2003	Lido Venezia
11	Atorino Assunta	1338	Arcieri Decumanus Maximus	13/04/2003	Cavallino
12	Fontana Iose'	1334	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	11/05/2003	Castelgoffredo
13	Finadri Lucia	1332	Arcieri Colli Morenici	13/07/2003	Crema
14	Bottazzi Mara	1332	Arcieri Del Torrazzo	08/06/2003	Castenaso
15	Tavella Marina	1330	Arcieri Felsinei	08/06/2003	Castenaso
16	Pisano Serena	1326	Arcieri Aquila Reale	18/05/2003	Roma
17	Spangher Michela	1326	Arco Club Tolmezzo	13/04/2003	Cavallino
18	Quaglia Ornella	1326	Arcieri Montecchio Maggiore	13/04/2003	Cavallino
19	Peracino Francesca	1325	Carf Arcieri Delle Alpi	24/05/2003	Ivrea
20	Stucchi Amalia	1325	Arcieri Malpaga Bartolomeo Colleoni	13/07/2003	Crema
21	Rolle Cinzia	1325	Arcieri Iuvenilia	15/06/2003	Torino
22	Migliorini Clara	1324	Arcieri Colli Morenici	15/06/2003	Bozzolo
23	Bertocci Lara	1323	Arcieri Kappa Kosmos Rovereto	20/07/2003	Lagosanto
24	Schintu Sabrina	1319	Arco Club Tarkna 1989	25/05/2003	Ugnano
25	Galletti Paola	1319	Gruppo Arcieri Simba	13/07/2003	Città Di Castello
26	Gobbato Teresa	1319	Arcieri Del Sentiero Selvaggio	15/06/2003	Torino
27	Scarzella Fiammetta	1317	Arcieri Iuvenilia	15/06/2003	Torino
28	Ansaloni Eva	1315	Castenaso Archery Team	18/05/2003	Faenza
29	Mattia Floriana	1315	Associazione Sportiva Arco Sport Roma	03/05/2003	Roma
30	Festinese Federica	1313	Arcieria Partenopea	07/09/2003	Salerno



Amedeo Tonelli



Eugenia Salvi



Fabiola Palazzini



Chiara Navigante

STATISTICHE SOCIETÀ E ATLETI PER REGIONE

Regione	Società	Atleti	Uomini	Donne	GM	GF	AM	AF	RM	RF	JM	JF	SM	SF	VM	VF
Piemonte	40	1435	1116	319	69	23	47	30	72	20	41	14	625	186	261	45
Valle D'Aosta	3	113	84	29	6	0	7	2	9	1	2	3	33	15	26	8
Liguria	14	548	413	135	37	11	26	4	37	10	14	2	181	71	118	3
Lombardia	75	2773	2255	518	138	38	96	24	122	43	58	20	1217	311	622	82
Trento	7	394	291	103	48	20	18	8	33	3	12	8	122	56	58	8
Veneto	42	1583	1256	327	113	33	78	17	102	39	25	12	658	194	280	31
Friuli Venezia Giulia	14	512	409	103	40	12	25	7	38	18	15	8	200	52	91	6
Emilia Romagna	50	1609	1280	329	67	28	47	19	69	23	43	17	705	215	347	27
Toscana	38	1207	959	248	48	27	63	35	59	16	38	9	539	133	210	28
Marche	21	580	469	111	33	9	21	7	33	7	18	5	279	73	85	9
Umbria	13	413	339	74	20	5	17	5	24	2	10	3	199	54	69	5
Lazio	46	1743	1418	325	72	26	38	10	64	17	21	8	820	210	403	54
Abruzzo	9	220	181	39	16	4	9	1	22	8	10	3	108	21	15	2
Molise	7	148	119	29	13	4	11	2	8	2	2	2	69	18	16	1
Campania	27	674	517	157	62	26	26	11	54	13	16	7	274	83	84	17
Puglia	25	489	367	122	38	27	20	8	28	11	14	7	208	59	58	10
Basilicata	4	86	69	17	4	2	3	0	7	0	7	0	40	14	8	1
Calabria	18	317	251	66	13	10	13	3	15	1	16	6	149	41	45	5
Sicilia	23	541	428	113	46	14	24	8	47	10	36	7	207	62	67	12
Sardegna	19	540	378	162	23	12	34	24	39	14	23	22	188	75	71	15
Bolzano	6	190	155	35	8	1	9	2	13	3	6	3	79	18	40	8
TOTALE	501	16115	12754	3361	914	332	632	227	895	261	427	166	6900	1961	2974	411

Legenda:

GM-GF: Giovanissimi Maschile-Femminile
RM-RF: Ragazzi Maschile-Femminile
SM-SF: Seniores Maschile-Femminile

AM-AF: Allievi Maschile-Femminile
JM-JF: Juniores Maschile-Femminile
VM-VF: Veterani Maschile-Femminile

(Aggiornamento a Dicembre 2003)

Verso altri traguardi

di Tiziano Xotti

Al termine della stagione agonistica che precede l'anno olimpico facciamo il punto della situazione con il Direttore Tecnico Nazionale Gigi Vella. Un veloce giro d'orizzonte che può servire ad interpretare meglio la realtà agonistica italiana del tiro con l'arco.

La stagione agonistica 2003 è arrivata al suo epilogo, un breve riassunto è d'obbligo.

"Rispetto agli obiettivi prefissati a monte, l'unica parentesi rimasta aperta è quella che coinvolge il settore femminile olimpico dove, come ben sappiamo, le ragazze ancora dovranno combattere per guadagnarsi le residue Carte Olimpiche. Ed, in effetti, i campionati europei targa 2004, rappresenteranno uno dei più immediati fra i target della prossima stagione agonistica. Un progetto sicuramente arduo e tutt'altro che di facile acquisizione ma, allo stesso tempo, irrinunciabile.

Detto questo non posso che considerarmi soddisfatto da quanto ottenuto dalle squadre nazionali durante questo impegnativo 2003 che si è aperto alla grande per i nostri colori proprio ai campionati del mondo indoor di Nîmes. Dall'arena francese siamo usciti carichi di medaglie e confortanti segnali che parlano di un incredibile Ilario Di Buò capace di vincere sfortuna e infortuni per arrivare ad uno dei suoi più superbi risultati. Un titolo mondiale conquistato contro un Michele Frangilli sempre in prima fila assieme a Natalia Valeeva che, allo stesso modo si dimostra capace di lottare sempre per gli obiettivi più alti. Ma dalla Francia è arrivata anche la medaglia d'argento di Elena Tonetta, quella d'oro dei ragazzi Juniores, oltre alla ennesima grande conferma del nostro compound che, ancora una volta, è riuscito a combattere ad armi pari con le squadre più forti al mondo arrivando ad una medaglia di bronzo che, fosse stata ancora più preziosa, avrebbe reso maggior giustizia ad un team dimostratosi assolutamente competitivo grazie anche a dei nuovi e vitalissimi innesti che prendono il nome di Andrea Savegnago e Stefano Mazzi, capacissimi in patria ma mai "collaudati" in campo internazionale. In buona sostanza non si sarebbe potuto pensare ad un viatico migliore per le nostre squadre all'esordio di un'annata così importante.



La squadra Compound che ha vinto a New York la medaglia d'argento. Da sinistra: il D.T. Gigi Vella, Tosco, Del Ministro, Girardi, Ruele e l'allenatore Tiziano Xotti

Si è continuato poi con i G.P. europei...

"I Grand Prix europei hanno da sempre rappresentato dei palcoscenici di grande prestigio dove, anche quest'anno, i nostri atleti hanno recitato il ruolo di autentici protagonisti. Purtroppo i loro sforzi non vengono premiati in questo importante circuito come invece sarebbe opportuno. In altre discipline il primeggiare nelle classifiche generali dei tour internazionali porta, in effetti, dei vantaggi decisamente più tangibili. Parlo di qualificazioni automatiche ad eventi di ancor più elevato prestigio o in ogni caso dell'imbocco ad una corsia preferenziale che, in ogni caso, sarebbe conquistata a suon di punti e sacrifici, vittorie e piazzamenti ottenuti nel corso di un'intera stagione di competizioni. Mantenere la testa di una ranking del genere sotto l'aspetto formale concede lustro e fama al singolo tiratore così come alla nazione per cui gareggia, ma certo, ci si potrebbe auspicare per il futuro una maggiore "concretezza" a premio di tali sforzi.

Nel 2003 questi appuntamenti hanno in ogni caso funzionato da rampa di lancio per i mondiali targa di New York dove di fatto si assegnavano la maggior parte delle carte Olimpiche disponibili. Il tour continentale, per quel che ci riguarda, è stato vissuto fra luci ed ombre, test e consolidamenti, conferme e novità capaci in ogni caso di portarci alla vigilia dei mondiali targa con tutta la carica agonistica necessaria e profondamente convinti di avere a disposizione un gruppo assolutamente competitivo rispetto ai valori registrati in patria. Ancora una volta si è scelto di mettere in campo i fatti e non la storia, quello che funziona e non quello che avrebbe potuto funzionare. Un passo

coraggioso che si è rivelato assolutamente corretto, sia da un punto di vista prestazionale che etico, se mi è concesso mettere in campo la morale.

Certo, come sottolineavo in apertura, l'obiettivo della squadra femminile olimpica non è stato raggiunto nella sua totalità, nonostante sul campo tutti abbiano dato il massimo giocando ogni possibile carta a disposizione. Oggettivamente alla vigilia si poteva supporre che solo se anche l'ultima fra le aspettative fosse stata esaudita avremmo potuto sperare in una qualifica in toto. Alla squadra femminile sarebbero bastati poco più di una decina di punti per non trovare la cozzata coreana al primo turno ed allora, forse, si sarebbe potuto scrivere un'altra storia, come già in passato è accaduto. Sul titolo di Michele Frangilli c'è ben poco da aggiungere. Michele ha dimostrato di saper vincere anche al di sopra delle condizioni non perfette che aveva denunciato alla vigilia. Fisicamente non era al 100% eppure ha fatto suo un podio iridato che lo ha definitivamente iscritto nelle liste della storia arcieristica moderna. Grandi sono poi stati anche Ilario Di Buò, Francesco Lunelli e Marco Galiazzo, questi ultimi definitivamente assunti ad un ruolo di reale consistenza dopo aver a lungo ricoperto quello di "promesse".

Ed il Compound...

"Il compound italiano continua a macinare risultati al di là ed al di sopra delle previsioni, come è sempre stato. Il

cambio al vertice tecnico della specialità pare addirittura aver incrementato l'accelerazione dei nostri che oramai quasi esclusivamente con la realtà statunitense si trovano a fare i conti. Atleti come Antonio Tosco e Mario Ruele sono entrati in un'aurea vincente che si può tranquillamente definire come finalmente loro, ma confortano ancora di più i nuovi nomi che, volta per volta, sono capaci letteralmente di stupire con le loro eclatanti prestazioni. Parlo di Fabio Girardi, che è risultato primo fra i nostri dopo le qualifiche. Ma non dimentico certo Marco Del Ministro che, chiamato a dare il massimo nella competizione a squadre in un momento estremamente delicato, ha saputo dare fondo a tutto il suo talento risultando determinante, al pari degli altri componenti la squadra, all'acquisizione di un argento mondiale che, ottenuto a Central Park, nel cuore del compoundismo internazionale, ha certo un sapore del tutto particolare. Anche in questa divisione il settore femminile appare ancora leggermente in ritardo rispetto ai numeri espressi nel maschile ma, qualcosa si sta muovendo ed anche un osservatore distratto non può non accorgersene.

Guardando al settore Field poi, quanto ottenuto agli ultimi Europei di specialità la dice lunga sulla competitività che le nostre squadre ed i nostri atleti continuano a vantare in tale contesto competitivo".

La situazione del nostro vivaio?

"I Campionati Europei Targa Juniores che si sono svolti a Salonicco hanno consegnato al palmares italiano un titolo che la squadra juniores olimpica ha saputo conquistare in maniera decisamente convincente. Una epica semifinale vinta sullo squadrone francese ha fatto da viatico ad uno scontro finale che, considerati gli antefatti, non poteva che avere un esito vittorioso per i nostri colori. Ottimo è stato anche l'argento ottenuto dalle ragazze del compound, che ha concesso una sferzata di vitalità ad una divisione che cominciava ad accusare dei segnali di stallo, prima ancora che nei talenti, nel numero dei praticanti. Il dato più importante rimane comunque quello che, anche durante tutto il corso della Coppa Europa, le nostre squadre giovanili hanno dimostrato una grande forza di coesione ed un attaccamento alla maglia di rara intensità. I nuovi entrati nei gruppi hanno potuto ambientarsi in tempi brevissimi e quindi esprimersi a buoni livelli praticamente da subito. La trasferta tedesca di inizio stagione, seppur effettuata a ranghi ridotti, ha portato segnali entusiasmanti rispetto al lavoro effettuato durante il periodo invernale, ed anche all'appuntamento di Cles gli azzurrini sono stati capaci di mantenere gli stessi livelli prestazionali. Può ritenersi dunque soddisfatto anche il Responsa-



Michele Frangilli nello stadio Panathinaiko di Atene



Natalia Valeeva con Gigi Vella

bile del Settore Giovanile Luciano Malovini che ha saputo riproporre alla platea europea degli autentici atleti che hanno ricoperto con maturità e giudizio quel ruolo da protagonisti che sempre i giovani tiratori italiani hanno saputo fare loro. Si sono vissuti certo dei tempi migliori, tempi in cui la Coppa Europa era praticamente sotto l'egemonia tricolore, ma è vero anche che in quei tempi le possibilità di lavoro, incontro e collaborazione, erano assai più frequenti. I risultati quindi non lasciano dubbi sul valore potenziale del nostro vivaio".

Siamo alla chiusura di un'annata agonistica soddisfacente quindi...

"Direi proprio di sì. Le medaglie non si discutono ed il 2003 non è certo stato avaro sotto questo aspetto. Persino io sono stato premiato dall'EMAU come il "Coach Europeo dell'Anno". Un riconoscimento che ovviamente mi ha fatto un gran piacere ed al quale non avrei potuto ambire se non avessi potuto contare sulla piena collaborazione di tutto lo staff tecnico federale. Dai tecnici personali ai tecnici

incaricati, dal fisioterapista allo psicologo e al preparatore atletico, tutti hanno voluto e saputo dare il massimo, nei raduni come nelle trasferte più lunghe ed impegnative. Un lavoro corale che ha avuto quale indirizzo primo la massima assistenza agli atleti in quanto veri ed unici protagonisti del nostro grande ed affascinante gioco".

Non rimane che parlare di programmi...

"Il programma tecnico per l'anno 2004 ha come obiettivo primario i Giochi Olimpici di Atene. Tale importante disegno verrà perseguito attraverso le dovute procedure di preparazione che parlano di raduni a frequenza mensile, di assistenza in loco agli atleti coinvolti nel progetto, di un attento e continuo monitoraggio degli stessi, e della messa in campo di tutti gli strumenti necessari ad agevolare l'evoluzione prestazionale delle nostre squadre. A tale scopo l'intero staff tecnico si renderà, ovviamente, completamente disponibile.

Oltre a ciò, come ogni anno, gli eventi agonistici di rilevanza internazionale rappresenteranno un appuntamento fisso e quindi impegneranno a tutto campo gli stessi componenti il Settore Tecnico Federale. Come sempre, inoltre, si ritiene indispensabile rivolgere particolare attenzione a quei "ricambi" che nel settore giovanile trovano la loro più naturale connotazione. Questo significa che la cura dei nostri giovani atleti già inseriti nei Gruppi Nazionali e la messa in opera di una Scuola Federale che tramite valutazioni attitudinali selezioni dei giovani talenti ancora prestazionalmente acerbi ma capaci in prospettiva di alti traguardi, non può certo venire meno. Il rischio sarebbe, infatti, quello di non porre per tempo le basi necessarie alla costituzione di una nuova ed ancora più felice generazione di atleti che possa guardare con adeguata serenità a Pechino 2008". ■

TOXON, appuntamento con la qualità

Il tuo negozio sotto casa con la vendita per corrispondenza

Hoyt, Pse, Exe, Samik, Mathews,
By Bernardini, Spigarelli, Booster,
Ragim, Kassai, Beiter, Easton,
Gold Tip, Carbon Express, Viking,
Barnett, Horton

Piani di rilancio giovanile

di Gian Carlo Casorati

Risultati a pagina 19

Quest'anno la Fitarco ha attuato due piani per rilanciare il settore giovanile. Il primo per premiare l'incentivazione numerica di tutte le divisioni con una serie di tabelle che prendono in considerazione le partecipazioni a gare, a eventi nazionali, ai Giochi della Gioventù, ai podi, ecc. ecc., il secondo costituito da questa Coppa per premiare esclusivamente la specialità olimpica. Questa Coppa è stata organizzata per constatare quante sono le Società che lavorano nel giovanile e per capire come lavorano i Centri CAG-CAS sul territorio nazionale. E' una manifestazione rivolta esclusivamente all'arco olimpico perché la Fitarco ha bisogno di giovani che tirino con questo arco, così come ha bisogno di tiratrici che in Italia scarseggiano dal seniores a tutte le classi giovanili. Una norma del regolamento di questa manifestazione rende infatti obbligatoria in ogni squadra societaria la presenza di almeno due giovani tiratrici.

Il Regolamento però, considerato sperimentale, ha già evidenziato alcuni punti che in futuro probabilmente saranno modificati.

La manifestazione è iniziata con la stagione indoor per cui le Società con un Centro CAG-CAS hanno cercato di qualificarsi per la fase finale che si è svolta a Basiglio (Milano). Per qualificarsi era necessario disputare due o più in-

door con la squadra giovanile e sommare i punteggi dei 6 migliori componenti, scelti secondo una certa regola, realizzati nei due migliori indoor. Ogni squadra doveva essere formata con non più di due tiratori della stessa classe, con almeno due tiratrici e con l'esclusione dei nazionali.

All'inizio si era stabilito che avrebbero partecipato alla Finale Nazionale le migliori venti squadre, ma alla fine si sono iscritte e hanno partecipato solo undici, un po' per la novità della manifestazione e un po' per la defezione di alcune Società del Centro sud che non hanno affrontato la trasferta.

Le undici squadre sono state divise in due gruppi, il primo ha tirato sabato pomeriggio, il secondo domenica mattina. Hanno disputato un indoor a 18 metri. Le prime otto squadre classificate hanno disputato, domenica pomeriggio, l'Olympic Round. Ogni squadra era composta da cinque o sei elementi, sempre con la regola di non più di due della stessa classe e almeno due tiratrici, ma sono stati sommati solo i punteggi dei migliori cinque. Oltre alla classifica a squadre è stata pubblicata una classifica individuale con relativa premiazione.

L'Olympic Round ha determinato la classifica finale, in quanto le prime 4 squadre beneficiavano di un bonus che si sommava al punteggio realizzato: 80 punti alla prima squadra, 60 alla seconda, 40 alla terza, 20 alla quarta. Le

regole dell'Olympic Round sono state adattate alle squadre formate da cinque componenti. Ogni scontro avveniva sempre con tre componenti ma per le squadre che sono arrivate a disputarsi i podi si è reso obbligatorio far tirare tutti e cinque i componenti con almeno tre frecce ciascuno. I bersagli per gli scontri non erano quelli tagliati dopo il sei (Vegas) ma quelli interi. Per tutto il resto vigeva la classica regola del tre. Tre minuti per ogni squadra, tre frecce per ogni tiratore, tre bersagli per ogni squadra, tre volée per ogni turno.

Le otto squadre che si sono qualificate a disputare l'Olympic Round sono state nell'ordine: gli Arcieri del Sole di Solaro (Milano), una



La finalissima: Arcieri del Sole contro Arcieri del Piave

delle Società più famose per l'alto numeri di giovani dalle vistose divise gialle che da anni salgono sui podi ai Campionati Italiani. Gli Arcieri del Piave di Belluno, storica Società giovanile che da sempre fornisce con i suoi migliori elementi le squadre nazionali. Iuvenilia di Torino altra grande realtà giovanile, di recente nascita, molto ben organizzati e anche loro sempre presenti sui podi ai vari Campionati. Gli Arcieri Monica di Gallarate, la Società dei Frangilli, conosciuta per la qualità piuttosto che la quantità. Gli Arcieri di Pinè del Trentino, la Società che ha vinto più di tutte, l'unica che ha superato già da qualche anno i cento Titoli Italiani. Arcobussero di Bussero (Milano), l'ultima nata e difatti tirava con due giovanissimi nella classe ragazzi, ma già con un eccellente Albo d'Oro. Gli Arcieri dell'Ortica, di Novellara (Reggio Emilia), anche loro molto conosciuti e sempre presenti a tutti i Campionati. Ed infine all'ottavo posto gli Arcieri del Torrente di Parma.

Passano al primo turno gli Arcieri del Sole, Piave, Iuvenilia e Pinè. Questi due ultimi si scontrano per il terzo posto, finiscono alla pari e pareggiano in ben due spareggi fin quando al terzo prevale Iuvenilia. Gli Arcieri del Piave e del Sole che arrivano alla finalissima, per il primo e secondo posto, si vengono a trovare in una strana situazione. Gli Arcieri del Piave vincendo lo scontro guadagnano il bonus di 80 punti mentre a quelli del Sole vanno 60 punti. Venti punti di differenza, proprio gli stessi che gli Arcieri del Sole avevano di vantaggio nella classifica al termine dell'indoor. Bisogna quindi spareggiare con una sola freccia per tiratore. Tifo infernale e la Coppa va agli Arcieri del Sole.

Le prime 3 squadre classificate: Arcieri del Sole, Piave e Iuvenilia



La finale si è disputata come dicevamo a Basiglio nel signorile Palazzetto dello Sporting Club che sorge tra le moderne costruzioni di Milano Tre. L'organizzazione impeccabile ha fatto correre veloce la manifestazione guadagnando persino sul tempo previsto. Le classifiche pubblicate ogni cinque volée finivano direttamente anche sul sito Fitarco con centinaia di fotografie. Ma il momento più bello per tutte le Società presenti è stato quello della consegna degli assegni, previsti nel regolamento in base ai piazzamenti, avvenuta durante la premiazione.

CONSIDERAZIONI

Abbiamo notato che questa manifestazione nata per promuovere l'agonismo ha evidenziato che molti Centri CAG-CAS fanno solo raccolta di ragazzini che non partecipano a gare perché non sono competitivi. Giustamente questa Coppa è nata per finanziare i Centri che lavorano seriamente e serve da stimolo per quelle Società che compiendo un passo in più diventerebbero competitive. E' stata giustamente inserita nel periodo invernale perché all'aperto ci sono già tante manifestazioni e poi nel periodo invernale le Società entrano nelle scuole. La partecipazione è stata al di sotto delle aspettative oltre ai motivi che abbiamo già elencato, pensiamo anche per la severità del regolamento. Ma proprio questa severità farà attrezzare il prossimo anno quelle Società che non hanno potuto partecipare per mancanza di giovani tiratrici. Probabilmente bisognerà riequilibrare in futuro le squadre per evitare di vedere squadre con troppi "grandi" contro squadre con troppi "piccoli".

Bisognerà inoltre cercare di organizzare questa Coppa in una sola giornata, la domenica, per limitare le spese di trasferta, cosa fattibile aumentando il numero dei paglioni.

L'Olympic Round che abbiamo sempre considerato una lotteria perché i punteggi realizzati con poche frecce sono troppo aleatori, questa volta ci è piaciuto. Non determinava la vittoria finale ma solo un bonus di punti che si aggiungevano ai punteggi realizzati con le 60 frecce. E' un'idea da tenere in considerazione. Pensiamo che quasi nessun ragazzo avesse mai disputato l'Olympic Round a squadre, sono stati sufficienti cinque minuti di spiegazione, nessuno ha sbagliato, non si è visto un richiamo degli arbitri, nessuno si è fatto "bruciare" una freccia. Pensiamo che questa manifestazione possa avere in futuro un grande successo, i giovani tiratori, il pubblico, i tecnici, tutti l'hanno accolta con grande entusiasmo. ■

Anno intenso per gli "internazionali"

di Gian Piero Spada

Il 2004 sarà un anno veramente intenso dal punto di vista sportivo. Sono infatti molti gli eventi internazionali di alto livello previsti quest'anno. Innanzi tutto il 2004 è l'anno olimpico ed indubbiamente i Giochi Olimpici di Atene rappresenteranno il punto di maggiore attrazione per gli sportivi di tutto il mondo. Non dobbiamo tuttavia dimenticare che, come in tutti gli anni "pari", si svolgeranno i Campionati Mondiali di Tiro di Campagna (quest'anno a Plitvica Laces, in Croazia) e i Campionati Mondiali Junior (a Lilleshall, in Gran Bretagna). La rassegna di eventi top non si esaurisce qui. In campo continentale sono previsti i Campionati Europei Indoor (a Sassari) e i Campionati Europei di Tiro alla Targa (a Bruxelles, Belgio), nonché tre gare del circuito Grand Prix (valide per la ranking list mondiale) e due del circuito Junior Cup.

Sono certo che gli atleti italiani saranno in grado di rappresentare con successo l'Italia in tutte queste manifestazioni. In questa rubrica, dedicata all'arbitraggio e ai regolamenti, vorrei segnalare come in tali importanti eventi siano presenti arbitri italiani spesso con compiti di responsabilità.

Nella Tabella 1 sono elencati gli arbitri internazionali italiani designati in questi eventi dai competenti organismi della federazione internazionale ed europea. Come si può dedurre dalla tabella in quasi tutte le grosse

manifestazioni sono presenti arbitri italiani. Questo non è un atto dovuto, ma esprime la fiducia dei diversi organismi designatori nella preparazione tecnica dei nostri giudici.

In particolare la FITA e l'EMAU hanno designato due giovani arbitri, Luca Stucchi e Fulvio Cantini (si vedano le loro schede biografiche), come chairman delle giurie di due importanti gare: i campionati del mondo junior e il Grand Prix di Antalya (uno dei più importanti tornei internazionali del mondo). La loro età (33 anni Fulvio e 35 Luca) li pone tra gli arbitri internazionali più giovani (l'età media degli arbitri internazionali è di 52 anni – si veda la Tabella 2). Ciò nonostante hanno una "anzianità di servizio" nella media (sono entrambi internazionali da 8 anni) e hanno già arbitrato campionati del mondo. In particolare Luca Stucchi ha al suo attivo tre Mondiali, ma per la prima volta è stato indicato come chairman.

Un elemento che ha giocato a favore dei nostri due giovani arbitri è stato senza dubbio il risultato della recente verifica tecnica che ha coinvolto tutti gli arbitri della FITA. Nel Maggio scorso, infatti, la Commissione Arbitri della FITA ha verificato il livello di preparazione tecnica di tutti i propri arbitri mediante un test; il risultato del test ha portato alla perdita della qualifica di internazionale da parte di una ventina di arbitri. Luca e Fulvio non solo hanno supe-

Tabella 1. ARBITRI INTERNAZIONALI ITALIANI DESIGNATI DALLA FITA E DALL'EMAU IN EVENTI 2004

Manifestazione	Località	Data	Arbitro	Designato da
Campionato Europeo Indoor	Sassari, Italia	16-20/3/2004	Gian Piero Spada	chairman Consiglio EMAU
European Junior Cup, 2a prova	Nymburk, Rep. Ceca	30/6-6/7/2004	Luca Stucchi	chairman Consiglio EMAU
Mondiali Tiro di Campagna	Plitvica Laces, Croazia	5-10/7/2004	Fulvio Cantini	Commissione Arbitri FITA
European Grand Prix, Finale	Antalya, Turchia	13-17/7/2004	Fulvio Cantini	chairman Consiglio EMAU
Campionato del Mondo Junior	Lilleshall, UK	19-24/7/2004	Luca Stucchi	chairman Com. Arbitri FITA
Giochi Olimpici 2004	Atene, Grecia	12-21/8/2004	Gian Piero Spada	Consiglio FITA

Tabella 2.

	Età	Internazionale da anni	Mondiali e Olimpiadi arbitrate	Chairman
Fulvio Cantini	33	8	1	-
Gianni Mangino	75	24	2	-
Gian Piero Spada	47	14	6	3
Luca Stucchi	35	8	3	-
Media FITA	52	9	2	0,2

rato il test, ma hanno ottenuto una valutazione di eccellenza che li rende idonei ad assumere la responsabilità di presiedere le giurie internazionali.

Nelle intenzioni della FITA gli arbitri con la qualifica di "internazionale" dovranno sempre più essere tecnicamente più preparati e con le migliori prestazioni sul campo (autorevoli e non autoritari). In questa ottica si stanno studiando correttivi nel sistema educativo e di selezione per raggiungere lo scopo.

Anche in campo nazionale si dovrà cercare di migliorare le capacità tecniche dei nostri arbitri. Esse sono mediamente di elevato livello, tuttavia la necessità di avere una distribuzione territoriale adeguata rende spesso necessario utilizzare criteri di valutazione non legati alla qualità tecnica. Verifiche tecniche, analoghe a quelle effettuate in campo internazionale, verranno

effettuate anche sui nostri arbitri nazionali. Ciò consentirà di monitorare la situazione e di intervenire laddove necessario. Tra l'altro gli arbitri italiani si incontreranno in occasione di un Seminario Tecnico nel mese di gennaio.

Una ancora più elevata qualità dell'arbitraggio "nazionale", oltre a migliorare un servizio prestato e quindi il livello delle competizioni, potrà consentire di predisporre una adeguata riserva tra cui la FITA e l'EMAU potranno selezionare nuovi arbitri per le qualifiche internazionali. ■

Schede biografiche

Dati personali	FULVIO CANTINI	LUCA STUCCHI
<i>Età</i>	33	35
<i>Città di nascita</i>	Savona	Roma
<i>Città di residenza</i>	Saint Rhemy en Bosses (AO)	Udine
<i>Professione</i>	Polizia di Stato	Ricercatore chimico
Curriculum arcieristico		
<i>Soc. di appartenenza</i>	Soc. Volpe Argentata	Comp. Arc. Cormons
<i>Tesserato alla Fitarco dal</i>	1989	1992
<i>Atleta agonista</i>	No	No
<i>Tecnico</i>	No	No
<i>Dirigente sociale</i>	No	Responsabile gare 1998-2000
<i>Arbitro (Fitarco) dal</i>	1993	1993
<i>N. gare arbitrate</i>	Circa 100	Circa 50
<i>Arbitro FITA dal</i>	1995	1995
<i>Arbitraggi Camp. Mondiali</i>	2	3
<i>Arbitraggi Camp. Europei</i>	4	3
<i>Arbitraggi Grand Prix e Junior Cup</i>	1	3
<i>Incarichi federali centrali ricoperti:</i>	No	Membro della Commissione Arbitri (dal 2002)
<i>Incarichi federali periferici ricoperti e periodo:</i>	Responsabile Zonale Arbitri Liguria dal 2003	Responsabile Zonale Arbitri
Curiosità		
<i>Hobby</i>	Sci alpino e nordico	Cintura nera di Karate
<i>L'ultimo libro letto / Genere di letture</i>	Collezione di Minerali Trilogia del Signore degli Anelli Avventura o Scientifico	Dipingere soldatini in piombo Campo del sangue Genere storico o fantasia
<i>L'ultimo film</i>	La finestra di fronte	Minority report
<i>Il quotidiano</i>	Corriere della Sera	Corriere della sera
<i>Il programma o il genere TV preferito</i>	Film e sport	Non vedo molta TV

I segreti del riscaldamento

di Tiziano Xotti

Una fase importante, trascurata da molti e compoundisticamente parlando poi, quasi da tutti. Che sia utile è fatto risaputo ma, a quanto pare, non basta. Cerchiamo dunque di "convincere" anche i più refrattari attraverso un semplice specchietto orientativo che ne descriva indicativamente i vantaggi e le metodiche esecutive e temporali. Giova ancora una volta ricordare quindi che una diffusa conoscenza e applicazione della fase che precede l'allenamento e la gara non solo permetterebbe una maggiore efficienza generale ma limiterebbe notevolmente la possibilità di traumi all'apparato locomotore.

VANTAGGI

Sono legati prevalentemente all'innalzamento della temperatura corporea che si prevede attorno agli 1-2 gradi. In effetti accade che portando avanti la seduta di riscaldamento si ottenga:

- l'ottimizzazione del flusso sanguigno dell'intero corpo, con un incremento verso i muscoli ed una riduzione verso gli organi interni non direttamente coinvolti nell'attività;
- un maggiore afflusso di sangue ai muscoli grazie alla vasodilatazione periferica ed un aumento della frequenza cardiaca. La cessione dell'ossigeno da parte dell'emoglobina del sangue viene facilitata divenendo inoltre più rapida e completa;
- le reazioni biochimiche muscolari vengono agevolate grazie alla diminuzione dell'energia necessaria all'attivazione delle reazioni chimiche del metabolismo energetico. Tale dato di fatto consente una maggiore efficacia dei substrati energetici;
- il miglioramento della risposta dell'apparato cardiovascolare ad uno sforzo improvviso ed intenso;
- la liberazione di glucosio nel circolo sanguigno;
- la facilitazione nella trasmissione dell'impulso nervoso dato l'innalzamento della soglia di sensibilità dei recettori nervosi e l'incremento della velocità di conduzione degli impulsi. Quindi andrà a ridursi notevolmente il tempo intercorrente tra l'arrivo dello stimolo nervoso e la risposta muscolare conosciuto come tempo di latenza. Per quanto appena citato le risposte neuromuscolari ed i movimenti diverranno più rapidi e coordinati;
- la riduzione della viscosità interna del muscolo. Conseguentemente un minor attrito interno tra le fibre interne del muscolo a tutto vantaggio della contrattilità;
- il miglioramento delle proprietà elastiche delle fibre muscolari e dei tendini con relativo miglioramento della loro funzionalità meccanica;
- la diminuzione della viscosità del liquido sinoviale presente nelle articolazioni con conseguente innalzamento della funzionalità specifica.

COME SI EFFETTUA

Che si svolga prima di un allenamento o di una competizione, il riscaldamento si articola in due fasi:

- Fase 1 - Riscaldamento generale: Comprensivo di esercizi di varia natura, normalmente a carico naturale, tendenti a preparare tutto l'organismo, ed in particolare l'apparato locomotore, alle prossime richieste atletiche. Solitamente si inizia con la corsa a ritmo blando alla quale si abbinano movimenti di slancio e di spinta degli arti sui diversi piani spaziali, si potranno inserire anche dei brevi scatti. Da fermo si possono eseguire gli stessi movimenti effettuati in movimento aggiungendo anche flessioni e circonduzioni del busto. A riscaldamento avvenuto è sempre opportuno inserire alcuni esercizi di stretching. Tali esercizi diventeranno fondamentali al termine di ogni allenamento consentendo infatti di riportare i muscoli alla loro lunghezza ed elasticità ottimale. Così facendo si contribuirà inoltre ad accelerare il processo di recupero dalla fatica.

- Fase 2 - Riscaldamento specifico: prosegue quello generale e può consistere nell'imitazione dell'esercizio o del gesto da eseguire. Tali atteggiamenti vanno effettuati con intensità progressiva facendo particolare attenzione ad evitare l'affaticamento. In altri termini porteremo avanti un richiamo alla coordinazione, ai ritmi esecutivi ed al carico propri dei movimenti tecnico-specifici.

Se il riscaldamento effettuato prima di ogni allenamento ha certa valenza atletica, quello prima della competizione assume anche delle valenze psicologiche. Risulterebbe infatti come un primo momento di concentrazione sui gesti e sulle situazioni di gara oltre che un ottimo strumento di controllo dell'ansia. Favorisce il rilassamento generale, calmando l'atleta e facilitando la concentrazione.

LA DURATA

E' da considerarsi una variabile legata all'età dell'atleta ed alle sue peculiarità atletiche e tecniche oltre che, ovviamente, al tipo di lavoro che si prevede di affrontare. In via del tutto generale può andare dai 10 minuti circa che sono più che sufficienti per dei principianti, sino ai 20-30 minuti e oltre per gli atleti di alto livello impegnati in compiti di un certo spessore.

Non va dimenticato che un riscaldamento troppo a lungo o troppo intenso può comportare un affaticamento nocivo alla prestazione.

La comparsa di una modesta sudorazione è solitamente sintomo di avvenuto riscaldamento.

Vogliatevi bene...e...comportatevi di conseguenza. ■

COPPA ITALIA CAS-CAG

Basiglio (MI), 13-14 dicembre 2003

INDIVIDUALI

ARCO OLIMPICO

Juniores maschile

1	Viel Daniele (Arcieri Del Piave)	543
2	Cirillo Stefano (Arcieri Del Sole)	538
3	Ferrari Davide (Arcieri Del Sole)	527
4	Giovine Gabriele (Arcieri Iuvenilia)	518
5	Buzzo Andrea (Arcieri Del Piave)	512
6	Ponzoni Andrea (Arcieri Del Torrente)	483
7	Corradino Federico (Arcieri Iuvenilia)	474
8	Speretta Sandro (Arcieri Ciliensi)	465
9	Dall'Ovo Alessandro (Arcieri Del Torrente)	442
10	Rimbaudo Claudio (Arcieri Imperiosi)	416

Juniores femminile

1	Pianetti Veronica (Arcieri Iuvenilia)	545
2	Zenoniani Arianna (Arcieri Altopiano Piné)	542
3	Mausoli Irene (Arcieri Del Sole)	507
4	Giovannini Claudia (Arcieri Altopiano Piné)	465

Allievi maschile

1	Bartoli Alex (Arcieri Dell'Ortica)	538
2	Del Vecchio Ivano (Arcieri Del Sole)	532
3	Dotto Marco (Compagnia Arcieri Monica)	527
4	Rolla Alessandro (Arco Bussero)	524
5	Dalla Zanna Emanuele (Arcieri Del Piave)	514
6	Gramondo Milo (Arcieri Imperiosi)	511
7	Vaini Giorgio (Arcieri San Bernardo)	508
8	Faedo Federico (Arcieri San Bernardo)	506
9	Viel Federico (Arcieri Del Piave)	502
10	Neirotti Giorgio (Arcieri Iuvenilia)	501
11	Monti Mirko (Compagnia Arcieri Monica)	471
12	Ghirardini Stefano (Arcieri Dell'Ortica)	469
13	Biancon Danilo (Arcieri Ciliensi)	437
14	Pizzin Steven (Arcieri Ciliensi)	412

Allievi femminile

1	Fochesato Ramona (Arcieri Dell'Ortica)	516
2	Piantanida Marzia (Compagnia Arcieri Monica)	513
3	Grandi Andrea Chiara (Arcieri Del Sole)	506
4	Tomasi Stefania (Arcieri Altopiano Piné)	499
5	Smali Chiara (Arcieri Del Piave)	497
6	Piantanida Selene (Compagnia Arcieri Monica)	497
7	Ioriatti Chiara (Arcieri Altopiano Piné)	477
8	Capone Carolina (Arcieri Del Torrente)	471
9	Cormio Roberta (Arco Bussero)	453
10	D'ippolito Sara (Arcieri Basso Reno)	428
11	Dritsakos Irene Celeste (Arcieri Imperiosi)	120

Ragazzi maschile

1	Melega Michele (Arcieri Basso Reno)	535
2	Aspesi Francesco (Arcieri Del Sole)	524
3	Morelli Leonardo (Arcieri Altopiano Piné)	515
4	Falaschi Mattia (Compagnia Arcieri Monica)	499
5	Costa Marco (Arco Bussero)	490
6	Sau Marco (Arco Bussero)	485
7	Marangoni Marco (Compagnia Arcieri Monica)	462
8	Campi Mattia (Arcieri Imperiosi)	459
9	Gandolfo Giovanni (Arcieri Imperiosi)	423
10	Benatelli Alessandro (Arcieri Ciliensi)	414
11	Leoni Emanuele (Arcieri Dell'Ortica)	405
12	Ebri Daniele (Arcieri Del Torrente)	400

13	Periti Giorgio (Arcieri San Bernardo)	382
14	Gardini Giacomo (Arcieri Del Torrente)	360
15	Di Girolamo Francesco (Arcieri San Bernardo)	337
16	Broseghini Francesco (Arcieri Altopiano Piné)	222
17	Cipolato Marco (Arcieri Basso Reno)	213

Ragazzi femminile

1	Tormen Giulia (Arcieri Del Piave)	524
2	Torazza Elisa (Arcieri Iuvenilia)	492
3	Favarato Claudia (Arcieri Ciliensi)	467
4	Rolla Annamaria (Arco Bussero)	466
5	Lucertini Barbara (Arcieri Del Torrente)	457
6	Billotto Margherita (Arcieri Ciliensi)	444
7	Tondelli Gloria (Arcieri Dell'Ortica)	438
8	Todisco Mara (Arco Bussero)	425
9	Bigliardi Eleonora (Arcieri Dell'Ortica)	401
10	Rapoli Marta (Arcieri San Bernardo)	335
11	Ricci Martina (Arcieri San Bernardo)	334
12	Dritsakos Sonia (Arcieri Imperiosi)	163

SQUADRE

ARCO OLIMPICO

Società	Punti	Bonus	Finale
1 Arcieri Del Sole (Cirillo Stefano, Del Vecchio Ivano, Ferrari Davide, Mausoli Irene, Grandi Andrea Chiara)	2610	60 (dopo spareggio)	2670
2 Arcieri Del Piave (Viel Daniele, Tormen Giulia, Dalla Zanna Emanuele, Buzzo Andrea, Smali Chiara)	2590	80	2670
3 Arcieri Iuvenilia (Pianetti Veronica, Giovine Gabriele, Neirotti Giorgio, Torazza Elisa, Corradino Federico)	2530	40	2570
4 Arcieri Altopiano di Piné (Zenoniani Arianna, Morelli Leonardo, Tomasi Stefania, Ioriatti Chiara, Giovannini Claudia)	2488	20	2508
5 C.A.M. Compagnia Arcieri Monica (Dotto Marco, Piantanida Marzia, Falaschi Mattia, Piantanida Selene, Monti Mirko)	2507	0	2507
6 Arcieri Arco Bussero (Rolla Alessandro, Costa Marco, Sau Marco, Rolla Annamaria, Cormio Roberta)	2418	0	2418
7 Arcieri dell'Ortica (Bartoli Alex, Fochesato Ramona, Ghirardini Stefano, Tondelli Gloria, Leoni Emanuele)	2366	0	2366
8 Arcieri del Torrente (Ponzoni Andrea, Capone Carolina, Lucertini Barbara, Dall'Ovo Alessandro, Ebri Daniele)	2253	0	2253
9 Arcieri Ciliensi (Favarato Claudia, Speretta Sandro, Billotto Margherita, Biancon Danilo, Benatelli Alessandro)	2227	0	2227
10 Arcieri San Bernardo (Vaini Giorgio, Faedo Federico, Periti Giorgio, Rapoli Marta, Ricci Martina)	2065	0	2065
11 Arcieri Imperiesi San Camillo (Gramondo Milo, Campi Mattia, Gandolfo Giovanni, Dritsakos Sonia, Dritsakos Irene Celeste)	1676	0	1676

TASSE PER RICORSO ORGANI DI GIUSTIZIA FEDERALI

Circ. 52

Il Consiglio Federale, nella riunione del 7 dicembre u.s., ha deliberato le tasse per il ricorso agli Organi di Giustizia per l'anno 2004 come di seguito specificato:

Euro 100,00 reclamo al Giudice Unico

Euro 150,00 presentazione esposto al Procuratore Federale

Euro 300,00 ricorso per ricusazione

Euro 500,00 richiesta revisione

Euro 200,00 impugnazione in Appello

Euro 250,00 arbitrato

EVENTI FEDERALI 2004

Circ. 54

Il Consiglio Federale, nella riunione del 7 dicembre u.s., ha deliberato l'affidamento dell'organizzazione degli eventi federali del prossimo anno e ha nominato i Delegati Tecnici che avranno il compito di trade-union tra le Società organizzatrici e la Federazione.

Inoltre, considerata l'impossibilità di stabilire sedi di svolgimento dei Campionati Italiani che rispondano alle esigenze di tutti e la necessità da parte delle Società di essere supportate economicamente, ha stabilito di corrispondere un contributo per le spese di viaggio calcolato in base ai chilometri percorsi per raggiungere le località delle gare. La tabella dei rimborsi per ogni singolo Campionato sarà resa nota successivamente.

Tali contributi saranno ricavati da un fondo costituito dalla Fitarco ed integrato dalle quote di partecipazione minime ai vari Campionati Italiani, quantificate come segue:

Classi Seniores e Veterani: Euro 10,00

Classi giovanili: Euro 5,00

Le quote di partecipazione saranno versate alla Federazione tramite c/c postale e la copia del bollettino inviata congiuntamente al modulo di iscrizione al Campionato.

Questi gli eventi federali 2004 assegnati:

- XX Campionati Italiani Archery Biathlon – Delegato Tecnico: Roberto Canali. Febbraio: località da definire. Organizzazione: Arco Club Tolmezzo
- XXXI Campionati Italiani Indoor – Delegato Tecnico: Vittorio Frangilli. 20/22 Febbraio: Bergamo. Organizzazione: Arcieri della Francesca
- Giochi della Gioventù – Delegato Tecnico: Michele Lionetti. 26/27 Giugno: Catania. Organizzazione: Soc.Apple Club
- Coppa Italia delle Regioni - Delegati Tecnici: Sante Spigarelli e Paolo Poddighe. 17/18 Luglio: Città di Castello (PG) – Organizzazione: Arcieri Trifernum
- XXXVI Campionati Italiani Campagna - Delegato Tecnico: Maurizio Belli. 3/5 Settembre: Roma. Organizzazione: CUS Roma Tiro con l'Arco
- XLIII Campionati Italiani Targa – Delegato Tecnico: Stefano Osele. 18/19 Settembre: Firenze. Organizzazione: Arcieri della Signoria
- IV Campionati Italiani di Società, - data e sede da definire
- Finale Coppa Italia CAS/CAG – Delegato Tecnico: Stefano Vettorello. Dicembre: Ceggia (VE). Organizzazione: Arcieri Ciliensi

REGOLAMENTO COPPA ITALIA DELLE REGIONI 2004

Circ. 55

Su proposta dell'apposito Gruppo di Lavoro, sentito il parere della Consulta Nazionale, il Consiglio Federale nella riunione del 7 dicembre u.s. ha approvato il Regolamento della Coppa Italia delle Regioni 2004.

REGOLAMENTO

La Coppa Italia delle Regioni 2004 sarà assegnata al termine delle tre "Gare Star" di seguito indicate.

PRIMA GARA STAR

Consiste in un Fita 72 + Olympic Round

Divisioni: Olimpico e Compound

Classi: Veterani, Seniores e Juniores, Maschile e Femminile

Classifiche: Atleti - unica per classe Maschile e Femminile

Regioni - unica

Atleti componenti ciascuna rappresentativa regionale:

n.2 Seniores Olimpico Maschile

n.2 Seniores Olimpico Femminile

n.2 Seniores Compound Maschile

n.2 Seniores Compound Femminile

SECONDA GARA STAR

Consiste in un Fita 72 + Olympic Round (esclusi i ragazzi)

Divisioni: Olimpico

Classi: Juniores, Allievi e Ragazzi, Maschile e Femminile

Classifica: Atleti - Juniores, Allievi e Ragazzi

Gli Allievi ed i Ragazzi possono gareggiare in una classe superiore.

Atleti componenti ciascuna rappresentativa regionale:

n.1 Juniores Olimpico Maschile

n.1 Juniores Olimpico Femminile

n.2 Allievi Olimpico Maschile

n.2 Allievi Olimpico Femminile

n.2 Ragazzi Olimpico Maschile

n.2 Ragazzi Olimpico Femminile

TERZA GARA STAR

Consiste in un Campagna 12+12 + Olympic Round

Divisioni: Olimpico, Compound, Arco Nudo

Classi: Veterani e Seniores, Maschile e Femminile (partecipazione aperta agli Juniores)

Classifiche: Atleti - unica per classe, tre divisioni (Olimpica, Compound, Arco nudo), Maschile e Femminile

Regioni - unica

Atleti componenti ogni rappresentativa regionale:

n.2 Seniores Arco Nudo Maschile

n.1 Seniores Arco Nudo Femminile

n.1 Seniores Olimpico Maschile

n.1 Seniores Olimpico Femminile

n.1 Seniores Compound Maschile

n.1 Seniores Compound Femminile

FINALITÀ DELLE “GARE STAR”

Formazione di squadre determinate come di seguito indicato, che parteciperanno come rappresentanti di tutte le Regioni Fitarco ad una gara importante (con partecipazione di rappresentative internazionali), entro l'anno 2004:

Prima e Seconda Gara Star:

i primi due classificati della gara di qualificazione e i primi due classificati dell'Olympic Round

Terza Gara Star:

il primo classificato nella gara di qualificazione e il primo classificato dell'Olympic Round di ogni classe e divisione

Qualora gli atleti siano gli stessi si qualificheranno gli atleti meglio classificati negli scontri diretti.

Le date degli eventi collegati alle tre “Gare Star” sono:

26/27 Giugno	Campionati Regionali	(Data consigliata)
3/4 Luglio	Campionati Regionali	(Data consigliata)
17/18 Luglio	Coppa Italia delle Regioni	Città di Castello (PG)
Gare a partecipazione Internazionale		Da definire

NOTE APPLICATIVE

LOGISTICA

La manifestazione avrà luogo in un fine settimana e si svolgerà su due impianti, uno Fita ed uno Campagna, dello stesso centro logistico.

Alla gara Fita 72 + Olympic Round potranno gareggiare i Seniores il sabato ed i giovani la domenica, o viceversa.

La gara Campagna 12+12 + Olympic round sarà disputata il sabato e la domenica.

TIPO DI GARE

Seniores: Fita 72 + Olympic Round n.8 atleti

Giovanile: Fita 72 + Olympic Round n.10 atleti

Seniores: Campagna 12+12 n.7 atleti = Totale max per regione n.25 atleti

Le “Gare Star” saranno del tutto simili alle gare di calendario federale, con l'aggiunta di una cerimonia di apertura e chiusura con sfilata dei gruppi regionali, inno ed alzabandiera.

ORGANIZZAZIONE

La Fitarco riconoscerà un contributo alla Società che organizzerà le “Gare Star”. Le “Gare Star” saranno coordinate dal Comitato Regionale ove si svolge in collaborazione con il Comitato Coppa Italia costituito dai componenti il “Gruppo di Lavoro per la Coppa Italia delle Regioni”.

COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE REGIONALI

Le squadre regionali di ogni Gara Star saranno preferibilmente composte nel modo seguente:

- per due terzi: secondo i risultati conseguiti durante i campionati regionali, comunque vengano assegnati i titoli
- per un terzo (arrotondato per difetto): gli atleti potranno essere designati dai tecnici regionali

ESCLUSIONI

Sono esclusi dalle rappresentative regionali per le tre “Gare Star” tutti gli atleti facenti parte dei Gruppi Nazionali, risultanti dall'elenco emanato dalla Commissione Tecnica all'inizio di ogni anno.

Lo stesso atleta NON può partecipare a due gare star nella stessa edizione anche se in classi o divisioni diverse.

CLASSIFICA PER REGIONI

La classifica di ogni “Gara Star” sarà determinata dalla somma dei punteggi realizzati dal primo classificato di ogni Regione in ogni classe e divisione, più i “BONUS” realizzati da tutti gli atleti della Regione nell'Olympic Round.

La classifica della Coppa Italia sarà stilata sommando i risultati conseguiti nelle tre “Gare Star”.

BONUS

All'Olympic Round accederanno sedici atleti per le classi e divisioni previste.

I bonus portati da ogni atleta alla sua squadra in base alla classifica dei primi sedici nell'Olympic Round della gara Fita 72, sono:

1° classificato	250 punti	8° classificato	100 punti
2° classificato	200 punti	9° classificato	85 punti
3° classificato	185 punti	10° classificato	70 punti
4° classificato	160 punti	11° classificato	55 punti
5° classificato	145 punti	12° classificato	40 punti
6° classificato	130 punti	dal 13° al 16° classificato	25 punti
7° classificato	115 punti		

I bonus nel tiro di campagna sono:

1° classificato	125 punti	8° classificato	40 punti
2° classificato	100 punti	9° classificato	35 punti
3° classificato	90 punti	10° classificato	30 punti
4° classificato	80 punti	11° classificato	25 punti
5° classificato	70 punti	12° classificato	20 punti
6° classificato	60 punti	dal 13° al 16° classificato	15 punti
7° classificato	50 punti		

L'attività si svolgerà in base al seguente calendario operativo:

2003 Novembre: formazione dei gruppi regionali
2003/2004 Da novembre a metà giugno: preparazione dei gruppi regionali finalizzata alle qualificazioni e partecipazione alle gare star.
Entro i primi di luglio: Campionati Regionali di qualificazione
Metà luglio: Coppa Italia delle Regioni
Entro ottobre: gara internazionale in Italia (Seniores, Juniores, Allievi)

NORMATIVA PER UTILIZZO TECNICI FEDERALI

Nel corso della riunione tenuta il 7 dicembre u.s., il Consiglio Federale su proposta della Commissione Formazione Quadri, ha inteso regolamentare l'utilizzo da parte dei vari Organi Periferici dei Tecnici che hanno un contratto con la FITARCO.

Ha pertanto approvato la seguente Normativa che entrerà in vigore dal 1 gennaio 2004.

NORMATIVA

Art.1 L'invio dei tecnici, con contratto federale, presso Comitati, Società e

singoli tesserati per lo svolgimento di attività tecnica, nell'esclusivo interesse delle squadre nazionali, è deciso, tramite esplicita delibera, dalla Commissione Tecnica o dal Responsabile Nazionale dei Tecnici. In tal caso l'intero costo relativo alla prestazione del/i tecnico/i graverà sugli appositi capitoli di spesa, per attività tecnica, del bilancio federale.

Art.2 L'invio dei tecnici, con contratto federale, presso i Comitati, da parte della Commissione Formazione Quadri, con la finalità di svolgervi attività d'aggiornamento deve essere prevista nel programma d'attività della Commissione stessa.

In tal caso, il costo relativo all'intera prestazione del/i tecnico/i graverà sugli appositi capitoli di spesa, per attività tecnica, di formazione del bilancio federale.

Art.3 L'invio dei tecnici, con contratto federale, presso i Comitati, a seguito della richiesta fatta da questi ultimi alla Commissione Formazione Quadri, per incarichi di docenza nei corsi, o seminari con i tecnici della regione, è subordinata all'accoglimento della domanda stessa e alle disponibilità finanziarie della CFQ, oltre che alla disponibilità del/i tecnici in questione. Qualora la domanda sia accettata, i costi di viaggio, vitto e alloggio sono, in ogni modo, a carico del Comitato richiedente, mentre il compenso per la prestazione resta a carico della Commissione Formazione. Nel caso di accettazione della domanda, ma di mancanza di fondi, la CFQ consentirà l'invio dei tecnici, solo se il Comitato si assumerà l'intero costo della prestazione.

Art.4 Prestazioni professionali chieste direttamente da Comitati ai tecnici con contratto federale, rientrano nell'ipotesi di rapporto privatistico sopra esposto, e configurano l'intero costo della prestazione a carico del richiedente.

Art.5 Il Presidente federale, a fronte di situazioni di natura particolare o eccezionale presenti in seno alla federazione, può disporre l'invio di tecnici a contratto.

Il Presidente concorderà con i richiedenti le modalità operative e l'assunzione dei costi, valutando caso per caso.

Al di fuori di quanto previsto, nessun altro membro o organo federale può garantire la presenza dei tecnici a contratto, con costi gravanti sul bilancio federale, in qualunque sede.

INSERIMENTO NEI GRUPPI NAZIONALI

Circ. 56

In base al Regolamento Attività Giovanile e in seguito alla finale della Coppa Italia CAS-CAG, svoltasi a Milano il 13-14 dicembre u.s., si comunica l'elenco degli atleti aventi diritto all'inserimento nei Gruppi Nazionali 2004.

TIRO ALLA TARGA/ARCO OLIMPICO

Under 21 Femminile

Pianetti Veronica (Soc. 01-066)

Juniore Femminile

Fochesato Ramona (Soc. 08-042)

Zenoniani Arianna (Soc. 05-008)

Allievi Femminile

Piantanida Marzia (Soc. 04-020)

Gli atleti che accettano di far parte dei Gruppi Nazionali 2004 dovranno inviare al Settore Tecnico federale la "Scheda di accettazione", la "Scheda sanitaria" e il "Certificato Medico di Idoneità all'Attività Agonistica" con visita di tipo B.

Gli atleti sopra riportati non potranno partecipare alla Coppa Italia delle Regioni 2004.

Under 21 Maschile

Cirillo Stefano (Soc. 04-038)

Juniore Maschile

Del Vecchio Ivano (Soc. 04-038)

Allievi Maschile

Bartoli Alex (Soc. 08-042)

NOMINA DELEGATI PROVINCIALI

Il Consiglio Federale ha deliberato di nominare i seguenti Delegati Provinciali:

- Province di Lecco, Lodi e Sondrio: Sig.ra Aurora Paina
- Provincia di Terni: Sig.ra Silvana Bordoni
- Provincia di Arezzo: Sig. Paolo Landucci

CAMBIO DENOMINAZIONE SOCIALE

Il Consiglio Federale ha deliberato il cambiamento della denominazione sociale delle seguenti società:

da Società Arcieri Felsinesi a Compagnia Arcieri Felsinei

da Arcieri Arcobaleno a Società Sportiva Dilettantistica Arcieri Arcobaleno

REGOLAMENTO SPORTIVO FEDERALE - ART. 15.8

Circ. 57

Il Consiglio Federale nella sua ultima riunione, ha modificato come segue l'art.15.8 del Regolamento sportivo (in corsivo il testo aggiunto) evidenziando la natura strettamente sportiva (medaglie, coppe, trofei, diplomi) dei premi da conferire nel corso delle cerimonie di premiazione.

Art. 15.8 - Sostanza e tipo dei premi

"La tipologia dei premi da conferire ai premiati deve essere strettamente di natura sportiva (medaglie, coppe, trofei, diplomi, ecc.). Il tipo e il valore dei premi è di esclusiva decisione della Società Organizzatrice.

Qualsiasi altro premio, al di fuori di quanto sopra, è da considerarsi complementare e non sostitutivo.

Eventuali premi in denaro sono sottoposti ai limiti imposti dalla normativa FITA e CIO per il mantenimento dello stato di dilettante ed alla vigente Normativa Fiscale Italiana.

Sono comunque espressamente vietate, per tutte le premiazioni, insegne, effigi o articoli di ogni tipo riportanti o riproducenti simboli di Partiti o organizzazioni Politiche e/o religiose.

L'elenco dei premi e la struttura della premiazione devono essere esplicitamente indicati sul programma della gara. L'omessa indicazione totale o parziale di tali dati non assolverà comunque la Società Organizzatrice dal prevedere la premiazione secondo il presente regolamento".

RICONOSCIMENTO DEI CENTRI CAS-CAG 2003

Il Consiglio Federale ha deliberato il riconoscimento dei sottoelencati Centri CAS-CAG per l'anno 2003:

Lazio

A.S. Antikuis

Sicilia

A.S. Freccia di Fuoco

RINNOVO CARICA PROCURATORE FEDERALE

Il Consiglio Federale ha deliberato di rinnovare per l'anno 2004 la carica di Procuratore Federale all'Avv. Carlo Milana di Roma.

I PROFESSIONISTI DELL'ARCERIA

VENETO

DISPORT

Via Ferrari 2 - 36060
ROMANO D'EZZELINO (VI)
Tel. 0424/34545
Fax 0424/811387
Internet: www.disport.it
E-mail: clemente@disport.it

UMBRIA

TOXON SPORT

Via dell'Acacia, 2
06129 PERUGIA
Tel./Fax 075/5003815
Internet: www.toxonsport.com
E-mail: toxonarc@etr.it

ARCHERYONLINE

Via Ternana, 2/C
05029 SAN GEMINI (TR)
Tel. 0744/334151
Fax 0744/334141
Internet: www.poretti.it
E-mail: info@arc-hi-tech.it

LOMBARDIA

ARCHERY ADVENTURE & ARMS

Via Kennedy, 15
24060 MONASTEROLO
DEL CASTELLO (BG)
Tel./Fax 035/813222
Cell. 3472267999
Internet:
www.archeryadventure.com
E-mail:
info@archeryadventure.com

ARCHERY WORLD di Pino D'Alba

Via Levata, 44 - 24061
ALBANO S.ALESSANDRO (BG)
Tel. 035/4521166
Cell. 335/616671
Fax 035/4528158
Internet: www.archery-world.it
E-mail: info@archery-world.it

ARCO & FRECCIE SUPERSTORE

Via C. Battisti 6
angolo S.S. 33 del Sempione
20016 PERÒ (MI)
Tel. 02/3580161
Fax 02/3580535
Internet: www.arcoefrecco.it
E-mail: info@arcoefrecco.it

ARCOMANIA 2

Via Noverasco, 15
20090 OPERA (MI)
Tel/Fax 02/57606550
Internet: www.arcomania2.com
E-mail: arcomaniadue@tiscalinet.it

C&O ARCHERY

V.le Repubblica, 85
22060 CABIATE (CO)
Tel. 031/3559090
Fax 031/7690014
Internet: www.ceoarchery.com
E-mail: info@ceoarchery.com

SICILIA

ARMERIA GINO

Via Pacini, 71 - 95129 CATANIA
Tel. 095/326289
Fax 095/7153805
Internet: www.armeriagino.it
E-mail: armeriagino@tiscalinet.it

PUGLIA

SUD ARCERY di Candito Michelina

Via Carrare, 59
70032 BITONTO (BA)
Tel./Fax 080/3751409
Infotel 338/8818367
Inf. Tecniche 333/9099267
E-mail: mcandito@tiscali.it

NOI SIAMO QUI
I NEGOZI
CONSIGLIATI
DI TIRO CON L'ARCO
IN ITALIA

I PROFESSIONISTI

LOMBARDIA

ARCHERY ADVENTURE & ARMS

Via Kennedy, 15

24060 Monasterolo del Castello (Bg)

Tel./Fax 035/813222 - Cell. 347/2267999

www.archeryadventure.com

info@archeryadventure.com



Presso Archery Adventure potete trovare tutte le novità del settore archi come la nuova linea dei Pro Line, gli Hoyt e i Pse. Archery Adventure è disponibile per farvi provare questi nuovi archi ritenendo che il bello di acquistare un arco è proprio la possibilità di provarlo. Siamo aperti dal martedì al sabato e il martedì e il giovedì il negozio rimane aperto fino alle 22.00. Si eseguono messe a punto di qualsiasi tipo di arco con la migliore competenza che solo il team dell'Archery Adventure sa offrire. Da oggi in collaborazione con l'Arceria Chiacchi Neri di Scarlino Scalo (Gr) per offrire un servizio di qualità e assistenza tecnica su tutto il territorio nazionale. È stato aperto il nuovo centro Archery Adventure 2 in Lombardia diretto dal Campione mondiale di arco compound Giovanni Carminati.

Ma le proposte di Archery Adventure & Arms non finiscono certo qui: è nato il bellissimo negozio on-line per i vostri acquisti in rete. Affrettatevi a visitarci! C'è di che far brillare i vostri occhi: www.archeryadventure.com

ARCHERY WORLD di Pino D'Alba

Via A. Manzoni, 7

24061 Albano S. Alessandro (Bg)

Tel. 035/4521166 - Cell. 335/6166712

Fax 035/4528158

Internet: www.archery-world.it

E-mail: info@archery-world.it



A 4 chilometri da Bergamo c'è il nostro punto vendita tutto dedicato al settore arcieristico. Archery World finalizza il suo servizio commerciale alla diffusione del tiro con l'arco assicurando massima serietà, disponibili-

ta ed adeguata competenza nella scelta del materiale. La gestione, affidata a Fiorio e Fiorio, avvalendosi di collaboratori qualificati, organizza corsi di tiro con l'arco per neofiti e non. Da noi potrete trovare tutte le novità, tecnologicamente all'avanguardia, della linea archi, compound e olimpico di marche prestigiose quali Hoyt, Pse, Booster, Eke, W&W, Samick, Browning, Matthews, Best, Spigarelli e By Bernardini. Non mancano i prodotti target delle migliori marche quali Easton, Beman, Beller, Sure Loc, Aurora, Big Archery, Spigarelli e molti altri. Da non dimenticare le sogome di alta qualità 3D McKenzie, Delta e Srt.

Soddisfiamo altresì le esigenze degli amanti del tradizionale offrendo archi ricurvi, longbow, storici, maggiori per bambini e adulti, sia di marche famose che di fattura artigianale, il tutto completato da una bellissima linea artigianale di accessori.

Contattateci e venite a trovarci, troverete anche molte idee regalo con prezzi scontati... Fino vi aspetta!

ARCO & FRECCIE SUPER STORE

Via C. Battisti, 6 angolo S.S. 33

del Sempione - 20016 Pero (Mi)

Tel. 02/3580161 - Fax 02/3580535

Internet: www.arcoefreccie.it

E-mail: info@arcoefreccie.it



Arco & Freccie è un'ampia Superstore dove potrete trovare tutte le novità del mercato arcieristico italiano e mondiale. Tre istruttori Fiorio, un istruttore Fiorio sono sempre a vostra completa disposizione per aiutarvi nella scelta del materiale più idoneo o anche solo per fare una chiacchierata sul nostro bellissimo sport. La presenza di Michele Frangilli, olimpionico e pluricampione mondiale, pronto a mettere la propria esperienza di n° 1 della rank list e di allenatore nazionale al servizio di arcieri principianti e agonisti. Un servizio rapido ed efficace di vendita per corrispondenza che permette consegne in tutta Italia, sia per posta che per corriere espresso. Un sito Internet in continua evoluzione per poter vedere immediatamente ciò che di nuovo propone il mondo dell'arco e per ordinare direttamente online. Tutto questo è Arco & Freccie Superstore, il vostro punto di riferimento arcieristico a 2 km. da Milano e a 600 mt. dalla Tangenziale Ovest. Da gennaio 2004 siamo diventati distributori ufficiali del marchio Win & Win. Tutta la gamma di archi e accessori è disponibile in negozio. Tra i fletenti vi segnaliamo i nuovissimi XQ1 e Everest Pro in carbonio. Tra i riser il modello Xpert dotato di finitura anodizzata e di un sistema in schiuma di carbonio per ammortizzare le vibrazioni. Novità assoluta sarà anche il compound Maxtry dell'eccezionale rapporto qualità/prezzo. Sempre in gamma i fletenti Challenger in fibra e legno a cui si aggiungono i Challenger carbon con lamina in carbonio. L'altro marchio dominatore per il ricurvo olimpico è senza dubbio Best! Archery Zenit e Moon sono ormai due modelli ultracompatti e utilizzati da centinaia di arcieri. Lo Zenit per arco nudo viene utilizzato dalla quasi totalità degli arcieri che compongono la squadra nazionale. Mario Orlandi e Luciano Pennacchi nella stessa gara hanno battuto sei record italiani, un evento senza precedenti a testimonianza della incredibile stabilità di questo gioiello di fabbricazione completamente italiana. I compound Hoyt stanno in questo inizio di 2004 si stanno dimostrando ancora una volta "lo stato dell'arte" del mondo a due ruote (anzi una ruota e mezzo). Il Protec è rimasto inalterato mentre l'Ultraec ha subito alcune modifiche estetiche nel riser e nei pocket di aggancio dei fletenti. Le due principali novità sono i modelli ProElite e UltraElite nei quali la struttura del riser è stata ulteriormente rinforzata aumentando la resistenza torsionale e il bilanciamento dell'arco. In questi riser è stata utilizzata la tecnologia STT (Shoot Thru Technology) data che la freccia passa attraverso la finestra e non all'esterno. Per gli agonisti compound che chiedono sempre il meglio Hoyt rappresenta sicuramente la risposta. Come sempre è disponibile tutto il meglio

offerto dalla produzione italiana, europea e mondiale tra cui spiccano alcune linee di articoli di cui siamo distributori: gli sganci back tension Zenith, i nastri magnetici Are da ricurvo e le alette in fluorite K-Vane (diritte e tipo Spin Wing). Una vastissima possibilità di scelta nel campo delle frecce (gamme complete Easton, Beman, Carbon Express e CarbonTech) vi offre la certezza di scegliere l'asta ideale per il vostro stile di tiro. Inoltre sono sempre a disposizione le aste in cedro Premium di prima qualità nei libraggi da 30# a 70# e alette naturali in tutte le misure (2.5", 3", 4", 5", 5.3/4" e Full length), forme (parabola, suda, doppia parabola) e colore (10 tinta unita, 5 strati e 5 tignate). Oltre a tutta questa Matthews, Pse, By Bernardini, Booster, Martin, Samick, Spigarelli, Ragim, Srt, Beller, Cavalier, Futura, Nap, Aurora, Enigma e le linee complete di 3-D McKenzie e Srt.

Il negozio è aperto dal martedì al sabato negli orari 09.45-13.00 e 14.00-19.00. Chiuso lunedì e festivi.

ARCOMANIA 2

Via Noverasco, 15 - 20090 Opera (Mi)

Tel/Fax 02/57606550

Internet: www.arcomania2.com

E-mail: arcomaniadue@tiscalinet.it

Al confine sud di Milano, alla fine di via Ripamonti, nel 1989 viene inaugurato Arcomania 2; una attività commerciale interamente

dedicata al tiro con l'arco. In pochi anni Arcomania 2 è diventata un punto di riferimento insostituibile per gli arcieri, non solo per l'acquisto di articoli altamente tecnici ma per ascoltare i consigli di Cesare Gambini. Cesare ha dato una svolta nel modo di proporre una attività commerciale allestendo nel retro negozio una officina per mettere a punto qualsiasi arco con un occhio speciale per il compound; frecce e relativi impennaggi. Si tratta di un vero e proprio laboratorio arcieristico con una impronta di spiccata serietà professionale. Nel negozio, oggi, l'arciera può acquistare l'intera gamma di articoli per il tiro con l'arco con l'esperienza dei più conosciuti marchi mondiali. Si segnalano inoltre la presenza di un usato garantito.



C&O ARCHERY

V.le Repubblica, 85 - 22060 Cabiato (Co)

Tel. 031/3559090 - Fax 031/7690014

Internet: www.ceoarchery.com

E-mail: info@ceoarchery.com

La tecnologia del carbonio applicato alle frecce ha stabilito un nuovo standard: si chiama Carbon Revolution! I cinque strati di carbonio ad alto modulo che la compongono consentono di ottenere una spine di 530 con soli 5.5 grani per pollice, unico nel suo genere. L'alta qualità del prodotto si evidenzia nella bassissima tolleranza dello spine e del peso, a tutto vantaggio della precisione di tiro. Le performance di queste aste in termini di velocità e



DELL'ARCHERIA

precisione le pongono assolutamente ai vertici della categoria e il prezzo è un'altra sorpresa: Speed Pro Premium Euro 10,50 cad.

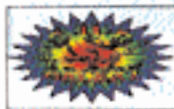
Vi invitiamo inoltre a visitare anche il nostro sito Internet aggiornato (www.ceoarchery.com), dove troverete tutti gli articoli e prezzi online, e tutte le informazioni sul mondo dell'archeria e i del nostro servizio. Orario negozio: da martedì a sabato 9.30 - 12.00 dalle 15.00 - 19.00; lunedì chiuso tutto il giorno.

PUGLIA

SUD ARCERY

di Candito Michelina

Via Carrara, 59 - 70032 Bitonto (Ba)
Tel./Fax 080/3751409 - Cell. 338/8818367
Informazioni tecniche 333/9099267
E-mail: mcandito@tiscali.it



Siamo nati per voi, convinti di darvi tecnicamente la migliore assistenza nel nostro settore. Essendo praticanti con passione, non possiamo fornirvi che professionalità, competenza e adeguati consigli negli acquisti.

Da noi troverete accessori e archi delle migliori marche quali Exe, Hoyt, Samick, W&W, Aurora, Easton, etc.

Siamo sicuri che cresceremo insieme, con amicizia e tanta collaborazione.

Le nostre iniziative sono rappresentate da: corsi istituiti con istruttori Fitarco; campo di tiro estivo ed invernale; assemblaggio e messa a punto di archi e frecce; esposizione; ottimo listino; finanziamenti a tasso zero.

Venite a trovarci, Alex è a vostra disposizione con i seguenti orari di vendita: ore 08.30 - 12.30 ore 16.30-20.00. Chiusi sabato sera e festivi.



SICILIA

ARMERIA GINO

Via Pacini, 71 - 95129 Catania
Tel. 095/326289
Fax 095/7153805

E-mail: armeriagino@tiscalinet.it

Internet: www.armeriagino.it

L'Armeria Gino da molti anni ha scelto la strada di dare ai propri clienti prodotti di altissima qualità con una vocazione del tutto speciale per il tiro Fita. Punto di riferimento conoscitissimo per l'intero Sud e Centro Italia, Gino è presente sui campi di tiro della Sicilia e può effettuare consegne dirette "sulla linea di tiro". Per tutti gli archieri del nostro Paese è comunque a disposizione un servizio specializzato di spedizione celere. Se telefonate, fate un fax o inviate una e-mail all'Armeria Gino di Catania riceverete subito a casa un prezioso listino che non potrà non suscitare immediatamente il vostro interesse. E per la Società sportiva Gino ha messo a punto una convenzione particolarmente vantaggiosa. Non perdetevi l'occasione!



UMBRIA

ARCHERYONLINE

Via Ternana, 2/C - 05029 San Gemini (Tr)
Tel. 0744/334151 - Fax 0744/334141

Internet: www.poretti.it

E-mail: info@arc-hi-tech.it

Da sempre ci siamo distinti per la professionalità e la competenza. La grande passione per le armi, per la caccia e tutte le discipline del tiro con l'arco, il piacere di poter coniugare il nostro lavoro con gli stessi interessi del tempo libero, ci hanno portato ad essere un punto di riferimento per tantissimi archieri. Nel nostro negozio si può trovare di tutto: la novità, le migliori marche, una grande varietà di armi ed accessori testati con cura ed esperienza. Tutti i



consigli tecnici relativi alla scelta e alla messa a punto dei materiali sono dati con grande senso critico e disinteresse commerciale al fine di poter soddisfare completamente i clienti e per instaurare con loro una reciproca fiducia ed amicizia. Il giovane settore dell'archeria ha seguito questi ideali ed è così che si è distinto in pochissimo tempo per rigore e qualità. Nato in un piccolo angolo del negozio di armi si è subito ampliato ed ora occupa circa 200mq dei 600mq tra armeria, officina e caricamento.

Questo lavoro, questa grande passione è diventata il nostro obiettivo principale e ci porta ad avere la massima disponibilità con tutti, soprattutto con quelli che di questo hobby ne hanno fatto o ne vogliono fare un'esperienza gratificante ed appagante.

TOXON SPORT

di Miglietta Enrico

Via dell'Acacia, 2 - 06129 Perugia
Tel. 075/5003815 - 5005415

Fax 075/5003815

E-mail: toxongro@etr.it

Internet: www.toxonSPORT.com

È arrivato il nuovo anno... E con lui è arrivata anche una pioggia di novità in casa Toxon.

E cominciamo con Hoyt: la prima sono i nuovi (e bellissimi) fletendenti neri denominati G 3. Sono fletendenti di fascia alta che si collocano quindi al top della linea Hoyt, amalgamando in un unico fletendente la velocità degli FX e la fluidità dei Vector; la seconda sono i nuovi compound Ultralec e Protec e gli esclusivi Pro-Elite e Ultra-Elite... da vedere e toccare con mano in negozio. Da parte della Booster ecco i nuovi compound equipaggiati con la Omega-Cam, strette parenti delle note Hoyt Cam & 1/2. E dall'arrivo del 2004 ecco spuntare il nuovo mirino Bernardini Freedom ad attacco universale sia per Fita che per Fiarc. Si prosegue con il riser W&W Toulal, frettato con attacco Hoyt, destinato ai neofiti e ora completo di rest, battone e clicker. E per questo riser sono a disposizione i fletendenti Exe College Carbon. Approfittate anche della promozione Evolution, Colloge e Master della Big Archery, ne abbiamo una buona scorta e i prezzi sono veramente appetibili e, visto che siamo in tema Big Archery, perché non pensate a una nuova borsa firmata Aurora: sono formidabili e non fanno certo rimpiangere le vecchie valigie rigide. Per gli amanti del tradizionale ecco la vera chicca di Toxon Sport: oltre alla validissima linea Tamars della Ragini che



sta dando a tutti (negozianti e clienti) grandi soddisfazioni nelle prime fasce di prezzo, commercializziamo anche gli archi del bolognese Valerio Russo che per una serie di circostanze favorevoli ha scoperto che non è solo un validissimo artigiano (l'Aurora e il nuovo Perseo sono bellissimi) ma soprattutto un grande amico dell'archeria.

Anche il tradizionale verrà seguito a 360° con la proposta aggiuntiva di una elegante buffetteria artigianale italiana (guantini, parabracchi, foretre) e con un occhio particolare allo storico con scudi, punte medioevali e accessori vari. Soffermeriamoci ancora in ambito tradizionale perché sono diversi mesi che si assiste ad una ondata di richieste di aste 5/16 di libbraggio elevato. Niente da dire, vanno bene e sono ugualmente resistenti e visto che sono più leggere e fanno una traiettoria molto più tesa sono assolutamente da comperare.

Nell'indoor invece vanno a ruba le X7 2312 Super Svage che mettiamo in offerta per gruppi di sei frecce già impennate con ollette naturali: barbate da 4" più punta e cocca.

Per i compoundisti e ricurvisi Fiarc, Toxon ha a disposizione le frecce in carbonio Evolution 300: sono veloci, resistenti, precise e... mimetiche. Veramente belle! Ricorda anche il vasto assortimento di balestre Barnett, Horton e Ten Point; la coltelliera sportiva e Victorinox; i Dart Game e le frecce Harrows; i binocoli Konus e la pistola da Soft-Air.

Per chi è lontano da Perugia ricorda sempre la vendita per corrispondenza che, a detta della nostra squisita clientela, è veloce e puntuale in tutta Italia.

VENETO

DISPORT

Via Ferrari, 2 - 36060 Romano d'Ezzelino (VI)
Tel. 0424/34545 - Fax 0424/811387

Internet: www.disport.it

E-mail: clemente@disport.it

Il nuovo anno è appena iniziato e noi della Disport cercheremo di stupirvi ancora una volta!

Con le nostre promozioni autunno e Natale 2003 abbiamo voluto promuovere sei per le vostre Società, accessori e materiale di consumo per i vostri corsi di tiro e molti archi con prezzi veramente sbalorditivi. Ora ci prepariamo a trascorrere con voi altri momenti importanti con tutte le novità che verranno proposte su Hoyt, W&W, Mathews, Pse, Easton e tante altre ancora. Consultate il nostro sito internet www.disport.it, per essere sempre aggiornati sugli ultimi arrivi, su eventuali novità del listino e sulle promozioni che di certo non mancheranno e non finiranno di suscitare il vostro interesse. Inoltre, nel nostro sito, abbiamo approntato la modalità di pagamento con carta di credito, veloce, facile e soprattutto sicura!



Auguriamo a tutti gli atleti archieri un anno pieno di Disport.

arcieri

Per la pubblicità

su questa rivista contattare

GREENTIME S.p.A.

Tel. 051/584020

Fax 051/585000

E-mail: info@greentime.it

Considerazioni sulla preparazione

di Gian Carlo Casorati

La preparazione a livello giovanile richiede un'attenzione ed un'esperienza specifica. Sovente i test della messa a punto dei materiali devono essere applicati con alcune varianti per le potenze inferiori degli archi, rispetto a quelli che vengono adottati dagli adulti. La stessa cosa succede per gli esercizi di potenziamento fisico e per gli esercizi di perfezionamento della tecnica, perché i giovani tiratori sono in fase di crescita fisica.

Bisogna però fare una considerazione. Nelle schede che dedico, su queste pagine, ai vincitori dei Campionati Italiani, alla domanda su quale tipo di preparazione fisica o mentale, quali esercizi particolari con l'arco svolgano, la risposta è quasi sempre la stessa: nessuna. Una risposta che immagino darebbero tutti gli altri, anche quelli che non salgono sul podio.

Ma perché l'allenamento della maggioranza dei tiratori si limita solo al tiro, nonostante che in questi ultimi anni sono stati messi a punto e divulgati moltissimi esercizi per

migliorarsi? Forse proprio perché sono moltissimi non vengono svolti. Perché sono pubblicati sui libri e presentati nei programmi di preparazione in numero eccessivo. Aggiungiamo che alcuni richiedono attrezzature particolari che bisogna procurarsi e che tirare è più divertente che fare esercizi noiosi di cui non sempre c'è la certezza dell'utilità. Se però qualcuno riuscisse a metterne a punto quattro o cinque, veloci e facili da svolgere senza particolari attrezzature, qualche speranza in più di vederli adottati ci sarebbe.

Questo è quello che abbiamo chiesto a Stefano Carrer, tecnico della Fitarco dal 1993. Carrer ha lavorato prevalentemente nel settore giovanile in cui ha una grandissima esperienza, ha seguito le squadre nazionali giovanili, la scuola federale, gli stage giovanili. E' stato utilizzato nella formazione quadri per tenere corsi di aggiornamento rivolti agli istruttori. Gli chiediamo innanzitutto se i sistemi che utilizzano in Corea, la nazione leader del nostro sport, per selezionare e creare i loro campioni possiamo applicarli, per lo meno in parte, anche noi.

“In base alla mia esperienza posso sostenere che a tutt'oggi in Italia non possiamo permetterci di effettuare, fin dall'inizio, delle selezioni basate sulle caratteristiche antropometriche e mentali dei ragazzi. Non possiamo farlo fondamentalmente per due motivi.

Primo perché è comunque sempre importante allargare la nostra disciplina sportiva ad un gran numero di partecipanti, per poter avere in seguito un maggior numero di persone su cui lavorare. Secondo perché oggi non possediamo ancora un numero di dati sufficiente per poter stabilire a priori quale giovane potrà diventare un bravo arciere.





Stefano Carrer, tecnico della Fitarco dal 1993

Ci sono invece una serie di test importanti che si possono svolgere. Questi test possono essere utilizzati sia per verificare lo stato di forma fisica, sia per controllare le condizioni della tecnica di tiro. Avendo a disposizione questi dati si possono preparare i programmi di lavoro stabilendo le priorità d'intervento in funzione degli obiettivi prefissati. Buona parte di questi test sono stati sperimentati in Corea".

Gli chiediamo se può semplificare e ridurre di numero questi test e esercizi dividendoli in due gruppi. Uno per i giovani tiratori che hanno come traguardo l'ingresso nelle squadre regionali e a cui dedichiamo questo articolo. Un secondo, che pubblicheremo nel prossimo numero, descriverà quello che fanno i giovani appartenenti alle squadre nazionali, dando la possibilità a chi non ha la fortuna di vestire la maglia azzurra di venirne a conoscenza.

"Una cosa importante da fare quando si hanno molti ragazzi da seguire è quella di creare dei gruppi omogenei. Per omogenei intendo dello stesso valore tecnico.

Creati i gruppi, come istruttori ci dobbiamo fissare degli obiettivi, sia a lungo termine, sia a breve termine. Una volta stabiliti gli obiettivi (che devono sempre essere alla portata dei ragazzi in questione) si preparano i piani di lavoro, stabilendo innanzitutto quanti allenamenti effettuare alla settimana e quanto devono durare.

Fatto questo si inizia con l'attività prefissando periodicamente delle verifiche per controllare le fasi evolutive di ogni arciero dei vari gruppi.

Questi controlli o test vanno programmati possibilmente ad intervalli regolari. Una volta effettuati i test, i dati sa-

ranno raccolti su apposite schede personalizzate che ogni istruttore preparerà. Avendo a disposizione questi dati c'è la possibilità di controllare il lavoro svolto ed eventualmente aggiustare la programmazione qualora ce ne fosse bisogno. I dati da raccogliere saranno quelli che ogni istruttore ritiene importanti.

Ora vorrei proporre alcuni semplici test di verifica da utilizzare sui giovani arcieri che da qualche anno tirano con l'arco. Innanzitutto iniziamo da quello più semplice ma a mio avviso molto importante. In ogni allenamento ritengo sia necessario dedicare un po' di tempo per effettuare una gara e contare i punti, ad esempio quelli di un mezzo indoor nel periodo invernale, oppure di una distanza nel periodo estivo. Questo è importante perché avendo a disposizione i risultati con la giusta valutazione si può a grandi linee prevedere il punteggio che l'arciere sarà in grado di raggiungere nella prossima gara di calendario. Tutto questo perché succede sovente che molti giovani non conoscono il loro reale valore e spesso affrontano la gara con troppe aspettative solo perché in allenamento hanno raggiunto dei bei punteggi con un numero esiguo di frecce. Non ottenendo i risultati auspicati, i ragazzi possono entrare in crisi senza motivo.

Un altro test da effettuare è quello di verificare se la potenza dell'arco è giusta per il giovane arciero. Lo si esegue facendo tendere l'arco fino a qualche millimetro prima che scatti il clicker. Si fa mantenere il più a lungo possibile la posizione fino a quando non riuscendo più a rimanere in trazione "scende". Con un cronometro si rileva quanto tempo è rimasto in trazione.

Dai dati che ho raccolto in tutti questi anni ritengo che si possano considerare sufficienti 35 secondi di trazione per i maschi e 25 secondi per le femmine. Se i tempi sono inferiori vi è la necessità di scaricare l'arco. Se i tempi superano di 15 secondi quelli indicati si può aumentare leggermente e con gradualità la potenza dell'arco.

Non dimentichiamo poi di inserire nel nostro programma un altro test con frequenza almeno mensile. Quello di un rapido controllo della messa a punto tirando a 18 metri, sul tradizionale bersaglio da 40 cm, le classiche tre frecce impennate ed una spennata.

Si ripete almeno quattro volte la prova tirando la spennata la prima volta per prima freccia della serie, la seconda per seconda freccia della serie, e così via, assicurandosi che la spennata si "pianti" sempre nello stesso punto. Si controlla la scheda personale dell'arciere e si verifica che la spennata si pianti sempre nello stesso punto. Se la spennata non finisce nella posizione del mese precedente significa che qualche cosa può essere cambiato o nel mate-

riale o nel modo di tirare dell'arciere; a questo punto diventa necessaria una nuova messa a punto. Bisogna comunque sempre intervenire se la freccia spennata si discosta troppo dalla rosata delle frecce impennate. Il troppo dipende dal valore dell'arciere. Se un arciere è in grado di mettere le frecce impennate dentro al giallo bisognerà fare in modo che anche la spennata entri nel giallo. Alcuni test possono essere utili per verificare lo stato di forma della tecnica. Per quanto riguarda il braccio dell'arco che dovrebbe essere sempre proiettato sul bersaglio, possiamo verificare che al momento del rilascio non abbia reazioni indesiderate, verso il basso, verso l'alto a sinistra o a destra. Per controllare che non ci siano reazioni dannose si appoggia una moneta sull'avambraccio del giovane tiratore, vicino al polso. Se dopo il rilascio la moneta non cade significa che il braccio non ha avuto reazioni indesiderate, se la moneta cade significa che al momento del rilascio il braccio ha avuto una reazione eccessiva. Se la moneta cade troppo frequentemente bisogna apportare migliorie sulla tecnica di tiro. E' necessario ripetere la prova almeno 20 volte e riportare nell'apposita scheda personale i risultati.

Un altro test è quello di verificare il rilascio dell'arciere. Il rilascio deve avvenire sempre nello stesso modo e possibilmente in maniera morbida. Si osserva il rilascio dell'arciere tenendo conto di tre possibili variabili. Rilascio morbido (A), rilascio medio (B) e rilascio rigido (C). Si osservano almeno 20 rilasci e si riportano nell'apposita scheda le indicazioni emerse confrontandole con le indicazioni del mese precedente per verificare se sono avvenuti miglioramenti. La valutazione di questo test è molto soggettiva per cui le prime volte può avvenire confrontandola con quella di un altro istruttore più esperto. Il confronto è necessario fino a quando non si raggiunge una capacità di valutazione sicura.

Questi due test possono essere effettuati almeno una volta al mese.

Sempre con frequenza mensile è bene svolgere test sulle capacità fisiche.

Uno è quello di far correre il giovane arciere per 1200 metri (3 giri di una pista di atletica) prendendo il tempo. Si inseriscono i risultati nella scheda personale e si verifica se, con il passare del tempo, sono avvenuti miglioramenti. Questo farà capire al giovane che è necessario andare a correre per migliorare i tempi.

Un altro test è quello di far fare delle flessioni in maniera corretta. Contare quante flessioni si eseguono in 30 secondi e riportare il dato nella scheda personale. I maschi dovrebbero fare almeno 20 flessioni, le donne almeno 15".

Per tornare alla tecnica di tiro cosa consigli di fare per rimuovere un difetto?

"Quando si deve intervenire sulla tecnica di tiro è importante far capire che il problema in questione è semplicemente un punto debole (e non una cosa sbagliata), e l'impegno reciproco è quello di migliorare totalmente o anche parzialmente questo punto debole. E' importante spiegare all'arciere quali sono i problemi che si possono avere tirando in quel modo, sia in termini di risultati, ma soprattutto, quando ci sono delle posture errate, quali sono i problemi fisici a cui si può andare incontro. Oltre ad effettuare una semplice spiegazione bisogna verificare che l'arciere abbia capito il tipo di intervento da effettuare. Poi è importante fargli vedere come si intende intervenire, per questo un buon istruttore deve essere in grado di far vedere un'azione corretta ed un'azione scorretta in modo che l'arciere si renda conto di come effettivamente sta tirando e come in futuro potrebbe tirare.

In alcune occasioni faccio lavorare i ragazzi in coppia, in particolare quando passiamo in rassegna alcuni aspetti della tecnica di tiro. Intervendo su un solo aspetto della tecnica di tiro faccio tirare a un ragazzo alcune frecce nella sua tecnica abituale, poi gli faccio tirare altre frecce dicendogli di aumentare l'errore in questione, infine altre frecce cercando di apportare i miglioramenti richiesti. Nel frattempo il compagno che prima assisteva ai tiri ora tirerà mentre il compagno che ha tirato lo guarderà. Lavorando in questo modo ci sono alcuni vantaggi. Primo, sbagliare appositamente la parte della tecnica in questione permette all'arciere di affrontare meglio il cambiamento suggerito riuscendo poi ad eseguire più semplicemente il gesto tecnico migliorato. Secondo, osservare il compagno e sentirsi osservati rende più facile l'apprendimento.

Quando un arciere deve apportare delle modifiche è meglio farlo tirare a 18 metri prima senza bersaglio sul paglione, poi con dei bersagli più grandi di quelli da gara e per ultimo utilizzando il bersaglio da gara. (Per esempio, 3 frecce senza bersaglio, 3 frecce con bersaglio da 80 cm, 3 frecce con bersaglio da 60 cm, 3 frecce con bersaglio da 40 cm).

Queste sono due proposte di lavoro per ottenere lo stesso risultato, migliorare un punto debole della tecnica di tiro. Importante è che l'istruttore diversifichi le proposte per ottenere gli obiettivi prefissati".

Parliamo un po' del mirino, siamo sicuri che i giovani sappiano usarlo bene?

"Un aspetto che ritengo molto importante è quello di in-

segnare ai giovani di utilizzare bene il mirino, troppo spesso si buttano via dei punti perché non si riesce ad intervenire subito e correttamente. In gara, ci sono giovani che prima di riuscire a mettere una freccia nel centro del bersaglio spostano il mirino per tre o quattro frecce buttando via punti preziosi, altri si fanno regolare il mirino dall'istruttore. E' importante che un istruttore insegni al proprio arciere come intervenire correttamente sul mirino per non buttare via inutilmente troppi punti. Questo problema lo riscontriamo sia nelle gare dove si tira ad un' unica distanza, ma soprattutto nelle gare dove si cambiano le distanze. Per far fronte a questo problema suggerisco di prepararsi in questo modo. Nelle sedute di allenamento si fa tirare un certo numero di frecce fino a quando la rosata risulti perfettamente nel centro. Ci si fa consegnare l'arco e si effettuano degli spostamenti di mirino senza che l'arciere possa vedere. All'inizio uno spostamento solo in alto o basso, oppure destra o sinistra, poi con una variabile in più, per esempio alto a destra oppure basso a sinistra. Ora bisogna verificare quante frecce impiega (spreca) l'arciere prima di tirarle nel centro. L'obiettivo è quello di

arrivare a regolare il mirino una sola volta per tirare le frecce nel 10. Per verificare la capacità di regolare il mirino si fanno tirare sei frecce a ciascuna delle quattro distanze Fita. Si moltiplica il risultato per sei. Se il risultato è notevolmente inferiore ai punti che normalmente si realizzano in un Fita vuol dire che non si utilizza ancora il mirino nel migliore dei modi.

Questo semplice allenamento può fruttare in una gara Fita anche una decina di punti in più".

Nel programma generale di allenamento quante sedute all'anno un giovane deve fare, quante frecce deve tirare?

"Un arciera che faccia parte di una squadra regionale dovrebbe allenarsi almeno tre volte alla settimana. Deve abituarsi a contare il numero di frecce che tira. In 12 mesi tirarne almeno 15.000, dunque 1250 in un mese, circa 300 in una settimana divise in tre o possibilmente quattro sedute.

Inoltre ritengo che un ragazzo del settore giovanile deve partecipare ad almeno 15 o meglio 20 gare all'anno, questo per poter acquisire sempre più esperienza che gli tornerà utile nel prosieguo della carriera di arciera". ■

✓ **RETI** ✓ **PAGLIONI** ✓ **CAVALLETTI**





NUOVO SERVIZIO
DIRETTO ALLE SOCIETÀ SPORTIVE E LORO SOCI
 dalla nostra esperienza nazionale ed internazionale,
PAGLIONI + COMPATTI CON - PROBLEMI
ALL'ESTRAZIONE DELLE FRECCIE!

MARTIN & MIGLIORANZA

Via Gial, 6 - GRUARO (Venezia) - ITALY - Tel. 0039/0421/706396 - Fax 0039/0421/706322



Fornitore
Ufficiale
FITARCO

www.memdiana.it

Sassari 2004, centro d'Europa

di Paolo Poddighe

Il IX Campionato Europeo Indoor 2004 di Sassari ha raggiunto il suo primo record, le iscrizioni preliminari alla fine di Novembre, vedono iscritte 23 Nazioni e 240 atleti compresi gli juniores.

100 atleti in più rispetto agli ultimi europei indoor di Ankara, compresi gli juniores che per la prima volta ad un Europeo indoor potranno finalmente gareggiare ufficialmente per il raggiungimento di un posto sul tanto sospirato podio.

Tantissime le rappresentative che partecipano con l'organico al completo, a dimostrazione che la manifestazione continentale servirà alle varie nazioni quale test per una prima verifica Internazionale, prima delle gare FITA di primavera e dell'appuntamento più importante del quadriennio, le Olimpiadi di Atene.

L'organizzazione dei Campionati Europei sta indirizzando la sua azione verso la fase finale, con la programmazione del lancio pubblicitario.

Sassari 2004, sarà un'occasione per divulgare e pubblicizzare uno sport, cosiddetto minore, come il tiro con l'arco, ma è sicuramente un avvenimento da non perdere e l'organizzazione lo ha ben presente.

È per queste motivazioni che il Comitato Organizzatore ha deciso di investire buona parte del budget in pubblicità e visibilità della manifestazione.

Un accordo con la TV regionale Videolina, che trasmette via satellite, garantirà al campionato, alla Federazione ed alla città di Sassari, la giusta visibilità: saranno trasmessi 6 spot giornalieri per 30 giorni, dal 20 Febbraio al 20 Marzo 2004.

Altrettanto sarà garantito con le due TV private della Provincia di Sassari, ma non di meno sarà fatto con la cartollenistica, manifesti giganti 6 metri x 3 metri accoglieranno le rappresentative e gli atleti al loro arrivo in città. Ma il fiore all'occhiello della manifestazione è l'accordo con l'AIMS, associazione sclerosi multipla, che collaborerà con l'organizzazione con l'istituzione di una lotteria abbinata al campionato che prevede una serie di interventi presso le scuole con il coinvolgimento degli stu-

IX European
and Mediterranean
Archery Indoor
Championships



denti delle scuole elementari e medie.

I fondi raccolti saranno destinati all'acquisto di un pulmino per il trasporto dei malati di questa sempre più diffusa malattia. Sul pulmino sarà applicata la scritta che è stato acquistato con il contributo dei Campionati e della Federazione Italiana di tiro con l'arco. Il binomio Sociale-Sport è un messaggio di grande crescita sociale che mette in evidenza quanto lo sport del tiro con l'arco sia attento a questo mondo, il quale spesso trova nel nostro sport risposte positive ed una mano tesa verso i più deboli.

L'ospitalità delle rappresentative è stata curata in tutti i suoi particolari, con hotel selezionati e di ottima qualità, dislocati nel cuore della città.

Anche i campi di gara sono seguiti con la stessa cura e attenzione. Si sta lavorando per poter rendere più spettacolare le gare con una serie d'innovazioni tecnologiche e sceniche che facciano sentire gli atleti protagonisti dell'avvenimento sportivo come spettacolo.

Si è provveduto ad un restyling del logo. Tenendo fede al simbolo dell'arciere Nuragico, è stato studiato un disegno semplice ed efficace, che sarà presente in vendita sul luogo di gara, con una serie di gadget molto cari e ricercati da tutto il mondo arcieristico.

Questi ultimi mesi serviranno per curare gli ultimi dettagli organizzativi. È un grande impegno, ma è supportato da una grande adesione di volontari, provenienti da tutte le parti della penisola e dalla vicina Corsica, che hanno dato la loro adesione con grande entusiasmo.

I presupposti ci sono tutti per permettere a Sassari ed alla sua isola di poter far centro. ■



Il Primo corso per tecnici di atleti disabili

di Stefano Vettorello

In 27 anni d'arcieria non mi era mai accaduto di vedere trentasei tecnici federali, seguire, per due giorni di fila, in modo così appassionato un corso di tiro, senza che un solo relatore si curasse di intervenire sull'arco, la messa a punto o la tecnica di tiro. Eppure è ciò cui si è potuto assistere a Modena il 6 e il 7 novembre scorso, in occasione del primo corso Fitarco di specializzazione per tecnici di arcieri disabili. (Utilizzo ancora il termine disabile, perché quello oggi in uso, cioè "diversamente abile" è, forse, più politicamente corretto, ma dà l'idea che, a volte, si possono aggirare i problemi semplicemente, rinominandoli) Provenienti da tutt'Italia, fortemente motivati a comprendere i come e perché di questo rapporto tutto particolare, che li lega all'atleta disabile, hanno frequentato le 16 ore di lezioni teoriche e pratiche, concedendo assai poco a pranzi e coffee break. Voglia di confrontare le esperienze, per chiarire a sé, agli altri e agli esperti intervenuti, la validità di percorsi che, si capiva dagli interventi in aula e fuori, sono a cavallo tra la preparazione di un atleta, aspirazione di ogni tecnico, e il rapporto con l'altro che met-

te subito in gioco, in modo netto, evidente, concreto la sua diversità assieme al suo bisogno di riuscire come tutti, con tutti.

Ecco che allora l'intervento dello psicologo, Dott. Damiano Mingozzi, incentrato sullo stretto rapporto tra attività motoria, qualità della vita e autonomia della persona, si trasforma lentamente, negli interventi, in una richiesta di capire se la persona che i nostri tecnici stanno allenando, non presenti aspetti di personalità da trattare in modo particolare; o capire se possono e con quale grado di profondità comprendere bisogni, aspirazioni, problemi legati alla situazione della disabilità.

La capacità del Dott. Mingozzi è stata proprio quella di attenuare l'evidente stato ansioso dei partecipanti, mostrando come l'attività motoria, il tiro con l'arco al pari di altre attività s'intende, incida positivamente sugli aspetti cognitivi, della personalità, sui comportamenti sociali e su quelli emotivo – relazionali, in modo indipendente dal fatto che sia praticata da un disabile piuttosto che da un normodotato. Insomma, la carrozzina



c'è, si vede non possiamo ignorarla, ma lì seduta c'è una persona che come tutti sta investendo sé e il proprio tempo per fare un'esperienza di vita piena e gratificante.

A questo aspetto più generale, sono seguite indicazioni più concrete su come affrontare la disabilità nelle nostre Società.

Ad esempio si è escluso che il tecnico Fitarco possa fronteggiare tutte le tipologie di handicap, essendo a ciò maggiormente attrezzata la Fisd, con la sua rete di rapporti tra tecnici, Unità Spinali, medici e psicologi, già istituzionalizzati e funzionanti. È stato evidenziato come la Società possa meglio rispondere alle esigenze dell'handicap qualora predisponga un lavoro d'équipe, che coinvolga oltre all'atleta, il tecnico, il medico e lo psicologo e la famiglia stessa dell'atleta, per meglio individualizzare l'intervento, e supervisionare il lavoro svolto. Si è insistito sul fatto di modificare gli obiettivi del lavoro tecnico in ragione dei miglioramenti registrati, spostandoli sempre più verso il risultato e la competizione. È stato posto l'accento sulla necessità che tecnico e atleta definiscano sempre i propri ruoli, per ottenere che il rapporto risulti produttivo per entrambi. Il tecnico dovrebbe percepire che la comprensione della disabilità sul piano medico e psicologico non può pesare, nel rapporto con l'atleta, più degli aspetti tecnici di tiro.

Egli è arrivato nella nostra Società per tirare con l'arco, in genere dopo un percorso non sempre facile e lineare.

Deciso ad intraprendere una strada nuova, per migliorare le proprie capacità e poi per scendere in gara e confron-

tarsi con altri, vincere se possibile, non chiede al tecnico Fitarco di avere al suo fianco un'ulteriore persona che si occupi del suo handicap. Un messaggio chiaro, che è parso ben assimilato dai presenti.

Allo psicologo è seguito l'intervento del Dott. Luca Michellini che è riuscito a trasmettere le indispensabili conoscenze mediche di base per comprendere l'origine, l'identificazione e gli effetti di varie tipologie di handicap. Tutto questo in quattro ore, letteralmente volate, per la capacità di amalgamare sapientemente aspetti sociologici, fisiologici e nervosi, sfaccettando l'oggetto del suo intervento in tanti piani diversi per costringere i presenti a intuire, se non cogliere in profondità, la complessità dei problemi che fanno da sfondo al loro rapporto con l'arciere disabile.

Un intervento, quello del Dott. Michellini, che deve aver convinto almeno i tecnici Fitarco presenti, di quanto siano essenziali le conoscenze di biomeccanica e neurofisiologia previste ad ogni livello dei corsi di formazione del tecnico, che molti ancora considerano come competenze superflue se non dannose, dai legami oscuri con la disciplina del tiro e soggette solo a noiosi rimandi a memoria, tanto per passare un esame.

È stata quindi la volta di tre tecnici di valore della Fitarco, da anni ai vertici tecnici anche della Fisd, ovvero Marco Pedrazzi, Tullio Bigoni e Marco Carpignano, che hanno per una intera giornata tradotto le indicazioni dello psicologo e del fisiologo in atti concreti, in suggerimenti pratici. Sì perché la domanda di sempre del tecnico è quella di dire "e ora, come agisco, come concretizzo le mie conoscenze?".



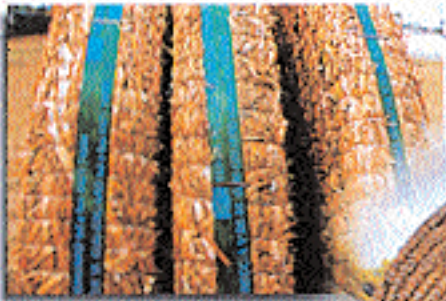
Forti di una esperienza pluriennale hanno descritto l'intero percorso che va dal primo approccio con il disabile, la sua famiglia e suoi medici, all'organizzazione dell'ambiente, alla modifica della carrozzina. Fornendo dati sul lavoro tecnico, su carichi di lavoro fisico, aiutati in questo da Giuseppe Gabelli, Marco Mai e Fabio Azzolini, atleti disabili dell'HASHAM Modena più volte paralimpici e campioni Italiani, che, interpretando se stessi, hanno rappresentato, non senza una certa dose di ironia, una varietà di aspetti legati all'impostazione dei materiali, all'apprendimento

del tiro, alle fasi di esercitazione e miglioramento dei risultati e al modo di essere in competizione, fornendo in concreto la prova che davanti al tecnico e oltre la disabilità c'è un atleta da preparare nel fisico, nei suoi aspetti mentali e tecnici; e Gabelli, con il suo oro Olimpico di Sydney, sorridente e disponibile, era lì a dircelo e a dimostrarcelo una volta, due volte, tutte le volte che volevamo.

Un corso, quello di Modena, da ripetere, e da estendere anche ad altri soggetti, tecnici e non, che gravitano attorno a questo mondo che lentamente, ma incessantemente emerge e si impone all'attenzione di tutti. Così ha solennemente promesso anche il Presidente Scarzella, intervenuto nella seconda giornata dei lavori, aperti significativamente dal Presidente Regionale della Fisd Sig. Gianni Scotti. Per questo, egli ha ricordato, la Fitarco sta in questi mesi riscrivendo, con la Fisd, l'Intesa che regola i rapporti tra le due Federazioni, per rinsaldare un legame e sviluppare la collaborazione anche con iniziative come quella che abbiamo vissuto a Modena, mentre è allo studio anche l'estensione, graduata per i vari livelli di forma-

zione dei tecnici, di materie più propriamente interessanti la disabilità.

La necessità che la Fitarco apra più di quanto non abbia fatto finora nei confronti dei portatori d'handicap è venuta anche da parecchi corsisti, alcuni dei quali hanno rapporti o addirittura operano nelle Unità spinali italiane, che hanno dato idee e disponibilità a riproporre e ad ampliare gli spazi e gli interventi che interessano il rapporto tra disabilità e tiro con l'arco. A dimostrare stima per l'iniziativa di Modena anche la presenza, silenziosa, ma significativa di un tecnico tutto speciale, la Dott. Cecilia Trinci, una delle più stimate studiose internazionali di tiro con l'arco per non vedenti, che da anni sta mettendo a punto un approccio al tiro completamente innovativo rispetto alle pratiche correnti. Il frutto di tanto lavoro, che corona oltre un decennio di studi, è una guida al tiro con l'arco per non vedenti, andato in stampa proprio in quei giorni, e del quale dovremo occuparci presto, e un video, leggero e sorprendente che mi auguro faccia presto parte del bagaglio di formazione di tutti i tecnici. ■



La qualità dei paglioni **V.D.E.M.** è garantita da una particolare miscela di paglia di grano duro e di riso che permettono a questi ferma freccia una forza e una tenacia uniche nel panorama arcieristico mondiale. Particolarmente resistenti alle condizioni atmosferiche i **V.D.E.M.** rappresentano oggi la scelta più qualificata per un campo di tiro.



V.D.E.M.

di De Michieli Vittorio



**PRODUZIONE
FERMA FRECCIA**

**DIRETTAMENTE
DA NOI
O NEI MIGLIORI
NEGOZI
DI ARCERIA**

V.D.E.M.
30020 Grnaro (Venezia)
Via Alcide De Gasperi, 33
Tel. 0421/74600
Fax 0421/282267
E-mail: vdem@iol.it

Grand Prix 2004 a Rovereto

di Oliviero Vanzo*

Il Trentino già da tempo ha dimostrato, se era necessario, che è terra di campioni di tiro con l'arco. Ma le Società trentine hanno contribuito alla diffusione di questo splendido sport anche tramite organizzazioni di eventi nazionali ed internazionali di grande prestigio e con grande preparazione e dedizione. Sicuramente la specificità del governo locale ha contribuito a rendere lo sport trentino credibile ma anche una nutrita schiera di dirigenti e tecnici che hanno dedicato, e stanno dedicando con passione e grande espressione di volontariato, tutto se stessi per far progredire il tiro con l'arco.

Una nuova prova è quella che la Compagnia Arcieri Kappa Kosmos Rovereto ha avviato per organizzare al meglio l' "European Grand Prix 2004" : prima prova del trittico di gare europee open, che si terrà a Rovereto dal 27 aprile al 1 maggio 2004.

La previsione di oltre 350 atleti e tecnici si sta concretizzando con le iscrizioni che stanno, già da tempo, giungendo alla segreteria del Comitato Organizzatore, anche con la presenza di Canada, Messico, Brasile tra le nazionali extra europee, mentre si è in attesa della conferma da parte degli Stati Uniti, Corea, India, Australia e Cina e naturalmente delle nazioni europee.

Il coinvolgimento della Città, ma anche della stessa Provincia, troverà degna cornice nello Stadio "Quercia" simbolo della Città a partire dal 27 aprile.

Oltre ai naturali testimonial Cristina Ioriatti e Mario Ruele, e degli atleti presenti nei gruppi nazionali, Renzo Ruele, Eraldo Tonelli ed il presidente Oliviero Vanzo che sono degli ottimi referenti per questa organizzazione, non bisogna dimenticare i responsabili dei vari gruppi di lavoro: Laura Tonelli con Francesca Fedrizzi, Agostino Stanzione con Andrea Tonetta, Josè Fontana con Maria Prezzi, Franco Becari con Fabrizio Moscon e Giacinto Sersin, Serena Galassi, Giovanni Benigni con Loris Spagnoli e Grazia Anderle, oltre alle decine di arcieri e volontari e soprattutto molti arcieri appartenenti alle Società di tiro con l'arco del Trentino.



Sicuramente la FITARCO ha aderito alla caparbietà con cui la società di Rovereto ha fermamente voluto questa impegnativa organizzazione e quindi ha ottenuto dall'EMAU l'organizzazione di questo Grand Prix italiano. Il delegato tecnico signora Trudy Medwed sarà presto a Rovereto per le prime verifiche di rito assieme al Presidente Scarzella ed alla segretaria generale dell'EMAU signora Marinella Piscioti.

Il prossimo 2004 sarà per la Società Arcieri Kappa Kosmos Rovereto un anno a dir poco intenso. Infatti verranno festeggiati il 50° anno di fondazione della Polisportiva Kosmos ed il 25° di fondazione

della sezione tiro con l'arco e per l'occasione sarà edito un libro sulla storia di questa Società. Inoltre il 4 aprile saranno a Rovereto i rappresentanti delle Società arcieristiche italiane per l'Assemblea generale ordinaria e straordinaria della FITARCO ed a maggio, terminate "le fatiche" del Grand Prix, sarà dato avvio alla struttura al chiuso dedicata al tiro con l'arco, che sarà un fiore all'occhiello anche per la Federazione per le tecnologie previste, compresa pure un foresteria per oltre 20 posti letto. ■

* Presidente Comitato Organizzatore

Un po' di tutto...

a cura di Giggi Cartoni

Galà dello Sport

Lo abbiamo visto anche in televisione: una manifestazione sportiva che ha premiato gli atleti che nel 2003 si sono distinti nelle proprie specialità. Non potevano certo mancare i calciatori, in questa occasione, uno per ogni club di serie A, convocati sulla base del loro impegno sociale. Ma c'erano rappresentanti di motociclismo, nuoto, boxe, atletica, motonautica ecc.

Per il tiro con l'arco non poteva che esserci il Gillo Nazionale, Michele Frangilli, Campione del Mondo targa in carica, numero uno della ranking mondiale, un palmarès di successi invidiabile e difficilmente eguagliabile. Manca solo quel piccolo tassellino che potrebbe giungere la prossima estate ad Atene...

Stage degli arcieri trentini

Il Comitato provinciale di Trento, nell'ambito di un progetto di specializzazione agonistica, ha deciso di premiare l'impegno sportivo dei giovani arcieri trentini che fanno parte della nazionale azzurra, organizzando una visita-raduno tecnico presso il centro di tiro della Beiter, la ditta tedesca specializzata nella produzione di materiale arcieristico e nella verifica delle prove di tiro con l'arco. Allo stage sono stati invitati Amedeo Tonelli, Alessandro Anderle, Elena Tonetta, Jessica Tomasi e Giordano Dalpiaz, tutti arcieri plurimedagliati che con il loro esempio contribuiscono a promuovere il tiro con l'arco fra i giovani della nostra Provincia.

Quattro di questi atleti hanno accettato l'invito e così il 5 dicembre scorso, accompagnati dal consigliere del Comitato di Trento Franco Beccari e dai loro tecnici personali, sono partiti alla volta di Dauchingen dove si trova la galleria della Beiter. Nel centro germanico vi è la possibilità di tirare a 70 metri in un apposito tunnel dove sono posizionate 10 telecamere di ripresa per controllare la posizione dell'arciere e dell'arco, nonché l'andamento delle frecce anche con il vento artificiale. Per due giorni la delegazione trentina ha avuto la possibilità di effettuare delle prove tecniche per testare tutto il materiale utilizzato, sotto l'attenta sorveglianza e verifica del signor Beiter e di Andreas Lorenz, sempre disponibili a fornire i loro consigli tecnici. E' stata una esperienza entusiasmante che il Comitato di Trento spera di poter ripetere in un prossimo futuro, in at-



Nella foto Amedeo Tonelli (campione mondiale ed europeo), Alessandro Anderle (campione europeo), Elena Tonetta (vicecampionessa mondiale) e Giordano Dalpiaz (plurimedagliato) al centro Beiter

tesa di realizzare nella costruenda struttura di Rovereto qualcosa di simile. (E.T.)

Aspiranti Arcieri

Una iniziativa che va divulgata per la bontà dell'idea, ma che sappiamo anche altre società hanno già messo in pratica. La Compagnia del Torrazzo di Reggio Emilia ha aperto a tutti la possibilità di provare a tirare con l'arco gratuitamente. Qualche arco a disposizione e molte frecce d'allenamento ed il gioco è fatto. Ottima l'organizzazione soprattutto perché è stato messo a disposizione anche il vicino impianto al chiuso, in caso di maltempo. E speriamo che molte altre società prendano ancora ad esempio quanto fatto dagli Arcieri del Torrazzo.

Impianti - Nasce il PalaKappa

Un gioiello incastonato tra le quinte scenografiche della Baldresca. Così è stato presentato il progetto esecutivo della prima struttura indoor dedicata quasi esclusivamente al tiro con l'arco. Un'idea assolutamente all'avanguardia, senza eguali al mondo. Oliviero Vanzo, presidente della Società Kappa Kosmos di Rovereto, alla presentazione del progetto ha voluto ringraziare gli assessori Berasi e Sala che più di tutti si sono adoperati per creare l'unico caso, in Trentino, in cui un finanziamento pubblico sia andato direttamente alla Società Sportiva. I lavori inizieranno la prossima primavera: materiali naturali, risparmio energetico, inserimento di pannelli fotovoltaici. Una grande hall che invita quasi ad entrare in una sala di tiro a 18 mt., dotata di quattro telecamere, per permettere uno studio sui movimenti regstrandoli. Accanto, un'ampia terrazza da adibire ad ul-

teriore campo di allenamento ed una ben strutturata sala fitness. Al piano superiore gli spazi dedicati al pubblico, che sarà nascosto agli occhi degli atleti in campo, la cabina di regia, gli spogliatoi per atleti ed arbitri, una sala convegni, un bar e la necessaria infermeria. Per concludere è prevista anche una foresteria. Cosa dire ancora? Speriamo di vedere prima possibile in piena efficienza il PalaKappa.

Tiro con l'Arco al Parco

Non è propriamente una foresta, ma l'ambiente è comunque ideale per imparare una disciplina come la nostra. A Milano, all'interno del Parco delle Cave, in Via Broggin, svolge la sua attività la società Shadow Archery Team, che dalla scorsa estate ha avviato una iniziativa volta a divulgare maggiormente la disciplina. Un corso completo di tiro, l'utilizzo del campo fino al prossimo ottobre 2004, iscrizione alla Fitarco e alla Società, kit completo formato da arco scuola, corda, appoggiafreccia, 4 frecce in carbonio, faretra, parabraccio, paradita, carichino e mirino tutto ad un prezzo assolutamente interessante (250 Euro). Una promozione che si aggiunge alle varie iniziative sul territorio e che va segnalata proprio per la bontà dello scopo.

Insieme per lo sport con IP

La FITARCO, grazie ad un accordo con l'azienda IP, ha aderito quest'anno al progetto «IP Insieme per lo Sport», un'importante iniziativa dedicata alle società sportive dilettantistiche.

Nel mese di novembre 2003 ha preso il via la seconda edizione di «IP Insieme per lo Sport» che lo scorso anno ha ottenuto il gradimento e la partecipazione di 6.858 società. Nella nuova edizione IP premierà le società che avranno ottenuto il maggior numero di segnalazioni con Buoni carburante da 1.000 e 2.500 Euro e con quattro pulmini Fiat Ducato Panorama.

Per partecipare all'iniziativa le società dovranno registrarsi sul sito www.ipinsiemeperlosport.com, ottenendo così un codice di registrazione.

Una volta iscritte le società potranno poi informare i propri associati o simpatizzanti che è possibile ritirare la card elettronica presso i distributori IP ed indicare la società prescelta attraverso la registrazione del codice della stessa società.

Ad ogni rifornimento di benzina presso i distributori IP, il punteggio sarà incrementato sia a favore del singolo che potrà ritirare i suoi premi grazie al collezionamento, sia della società sportiva "segnalata". ■



**Fornitori Ufficiali
delle Squadre Nazionali**





lo stile classico del terzo millennio

Siamo nel terzo millennio e la tecnologia spadroneggia su tutto. La Ragim deve proprio il suo sviluppo alla tecnologia che le ha permesso di realizzare archi di qualità ed ad un prezzo estremamente concorrenziale.

Noi alla Ragim non ci siamo mai dimenticati che l'arco è un attrezzo antico e siamo ben attenti a mantenere un design tradizionale e classico ed a rifinirlo a mano con cura ed attenzione.

L'arcere che usa un nostro arco ha inoltre la garanzia di avere tra le mani un prodotto 100% made in Italy e questa è una caratteristica di gran pregio.

Qualità, tecnologia, cura e tradizione i 4 punti fondamentali che non mancano mai nei nostri archi.



Ragim s.r.l.

Via Napoleonica, 28

33030 Forgaria del Friuli (Ud), Italy

Tel. +39 0427 808 189 - Fax +39 0427 808 750

e-mail: ragimarchery@ragimarchery.com web site:

www.ragimarchery.com

Appuntamento in Trentino

di Eraldo Tonelli

Il 3 ed il 4 aprile prossimi si terranno a Rovereto in Trentino, nell'Auditorium del MART, l'assemblea nazionale della FITARCO e la Consulta dei Presidenti dei Comitati regionali.

Specialmente l'assemblea annuale costituisce il momento istituzionale più significativo della nostra Federazione, vuoi perché è la principale occasione in cui si incontrano fuori dai campi di gara dirigenti federali, dirigenti di società, tecnici ed atleti di tutta Italia, vuoi perché è il momento opportuno per tirare il bilancio sportivo dell'anno precedente. Indubbiamente il 2003 è stato un anno ricco di soddisfazioni per il movimento arcieristico italiano. I nostri atleti azzurri hanno iniziato a primeggiare già all'inizio del 2003, ai campionati mondiali indoor di Nîmes (Francia), con le medaglie d'oro di Ilario Di Buò e della squadra juniores formata da Amedeo Tonelli, Valerio Croce e Giorgio Scammacca, nonché le medaglie d'argento di Michele Frangilli ed Elena Tonetta (da segnalare che Tonelli e Tonetta sono espressione della Kappa Kosmos di Rovereto). Ma questi prestigiosi titoli mondiali rappresentavano solo l'inizio di una stagione di successi, culminata con la conquista del titolo mondiale di tiro alla targa da parte di Michele Frangilli. L'assemblea nazionale di aprile costituirà senz'altro l'evento migliore per festeggiare insieme tutti i titoli internazionali conquistati dai nostri bravissimi arcieri della nazionale azzurra.

Per queste ragioni, a nome del Comitato e delle società Trentine, invito tutti a partecipare all'assemblea nazionale di Rovereto, organizzata nella splendida cornice del MART. Sarà anche l'occasione per conoscere questa città del Trentino, quasi ai confini con il Tirolo austriaco, da secoli aperta alla cultura europea. Rovereto è difatti la patria di Antonio Rosmini, un filosofo fra i più attivi modernisti dell'Ottocento. Ma è anche la sede del MART, uno dei più importanti musei di arte moderna esistenti al mondo. E' stato inaugurato soltanto il 19 dicembre del 2002, ma è già stato visitato da decine di migliaia di persone e dalle più alte cariche istituzionali dell'Europa e dai massimi esponenti del mondo della cultura e dello spettacolo.

Tornando al MART va detto che il progetto, iniziato nel 1987-88, è opera dell'architetto svizzero Mario Botta. Quest'ultimo è tra l'altro il progettista del Museum of Modern Art di San Francisco, del Museum Tinguely di Basilea e del Centro Friedrich Dürrenmatt di Neuchâtel.

Botta ha progettato pure la piazza antistante il MART, una moderna agorà con un diametro di 40 metri, che è il cuore del complesso. E' coperta da una cupola in acciaio e vetro, alta 25 metri, forata in corrispondenza della fontana al centro della piazza. Può ospitare 1.200 persone e fa da cerniera con gli altri ingressi del polo culturale roveretano: l'Archivio del Novecento, la Biblioteca civica, l'Auditorium, ecc. Per dare un'idea del complesso museale basta dire che il MART si estende su una superficie di 12.000 metri quadrati, disposti su 4 piani, di cui 6.000 dedicati all'arte moderna del XX e XXI secolo e 5.000 occupati da aree per lo studio, per la didattica, la ricerca ed i servizi. Nelle sale espositive si trovano pure le collezioni sul futurismo, ben rappresentato anche dal conterraneo Fortunato Depero. L'edificio ospita insomma un centro di servizi culturali nel quale hanno la possibilità di esprimersi molteplici interessi, attività e differenti forme di dialogo con le più significative realtà nazionali e internazionali. Anche per queste ragioni la piazza del MART ospiterà l'inaugurazione del Grand Prix Europeo, in programma a Rovereto dal 27 aprile all'1 maggio prossimi.

La città di Rovereto è tuttavia conosciuta in tutto il mondo anche per essere la "città della pace" e delle impronte dei dinosauri. I rintocchi della campana "Maria Dolens", realizzata con il bronzo dei cannoni degli Stati beligeranti della prima guerra mondiale, ravvivano tutti i giorni il desiderio di pace espresso dai giovani di ogni nazione che si radunano attorno alla campana ogni primavera. Pure il Museo della Guerra rievoca la necessità di superare le difficoltà con il dialogo e la concordia di tutti i paesi, mentre il Museo civico riserva le sue attenzioni alla flora ed alla fauna del Trentino, compresi i dinosauri di cui nel 1990 sono state scoperte 150 impronte lasciate nella "Ruina Dantesca" 200 milioni di anni fa dagli erbivori e carnivori.

Non mancano, dunque, le motivazioni per visitare la città di Rovereto, nel prossimo mese di aprile. Sarà l'occasione per incontrare tutti gli amici della FITARCO e per scoprire il MART ed altre prestigiose attrattive. Queste si potranno assaporare visitando i siti www.apr.rovereto.tn.it, www.comune.rovereto.tn.it, www.mart.tn.it, www.unimondo.org, e www.museocivico.rovereto.tn.it. Arrivederci quindi in Trentino, terra dalle tradizioni ospitali.... ■

Test sulle capacità motorie

di Gian Carlo Costantini
Insegnante ISEF

Nei precedenti articoli di "ARCIERI" abbiamo parlato delle Capacità Motorie, quali la forza e l'elasticità, proponendo metodi e sistemi per lo sviluppo ed il miglioramento delle stesse.

Ma per poter valutare se un determinato programma di lavoro ha dato i risultati auspicati, è necessario essere in grado di poter effettuare una serie di verifiche.

Tali verifiche prendono il nome di TEST! Ma che cosa è un Test?

Il test è uno strumento di verifica per valutare oggettivamente un determinato fenomeno.

Il test motorio è una misura standardizzata, che avendo presupposti di validità, attendibilità e obiettività, permette il rilievo di particolari prestazioni motorie.

Il test deve essere di facile applicazione ed effettuabile per mezzo di semplici strumentazioni.

Il test non è un'operazione fine a se stessa, è un metodo di lavoro; infatti i dati rilevati con il test devono poter aiutare i tecnici nel programmare una metodologia di allenamento da utilizzare all'interno della propria società sportiva.

Il test deve essere eseguito con scrupolo e non deve occupare molte sedute.

Per ogni disciplina sportiva si potranno scegliere test di carattere generale e test di carattere specifico.

Il test di carattere generale ci aiuterà a valutare lo stato fisico generale dell'atleta, quello specifico sarà utile per il

miglioramento della specializzazione del gesto tecnico dello sport praticato.

Come realizzare un test per la forza generale.

A prescindere dalla disciplina sportiva praticata, l'atleta, come abbiamo sempre asserito, deve avere una buona forma fisica generale, pertanto, utile sarà per la programmazione dell'allenamento, effettuare un test per verificare lo stato fisico di partenza e di seguito uno o più test per accertarsi che gli allenamenti proposti stiano dando l'effetto desiderato.

Si può perciò parlare di :



Sia che si prenda in considerazione un atleta di giovane età che un adulto i test per la verifica dell'efficienza fisica generale dovranno essere eseguiti per :

A) Muscoli degli
arti inferiori
arti superiori
Parete dorsale
Parete addominale

B) flessibilità' e mobilità' articolare

C) coordinazione generale

Queste sono solo alcune prove delle molte che si possono effettuare come test d'ingresso o test di verifica per ciò

che riguarda l'efficienza fisica generale. Naturalmente tali verifiche dovranno essere trascritte su apposite schede di rilevazione e prima ancora provate dagli istruttori così da verificare il grado di attendibilità ed eseguibilità degli stessi.

Gli atleti inoltre avranno bisogno di essere adeguatamente preparati al rilevamento, in particolare su due aspetti: quello fisiologico e psicologico.

Dal punto di vista fisiologico occorrerà effettuare un riscaldamento adeguato al tipo di prova da effettuare; quindi è previsto un riscaldamento a carattere generale e successivamente a carattere specifico. E' bene ricordare che per le prove di mobilità, forza e resistenza c'è sempre bisogno di un buon riscaldamento.

Durante la fase di riscaldamento deve essere provato almeno una volta il gesto relativo al test da effettuare.

Dal punto di vista psicologico, il soggetto deve essere messo a conoscenza di ciò che deve eseguire e del motivo per il quale vengono effettuati tali test.

Inoltre egli dovrà essere motivato al meglio ad offrire una prestazione adeguata alle sue possibilità.

Importantissimo è l'incoraggiamento e la motivazione e ancora più importante evitare delle discriminazioni all'interno di un eventuale gruppo di lavoro. ■

I POSSIBILI ESERCIZI PER I TEST

Esercizio	Obiettivo	Materiale	Descrizione	Istruzioni
Salto in lungo da fermo	Forza Dinamica Arti Inferiori	Fettuccia metrica Nastro adesivo	Dalla posizione eretta, piedi leggermente divaricati effettuare, partendo da una linea, un piegamento con le gambe portando le braccia dietro-basso. Di seguito saltare in avanti distendendo le gambe contemporaneamente allo slancio delle braccia per dietro-basso-avanti e ricadere a piedi pari il più avanti possibile.	Effettuare 3 prove e segnare la migliore
Lancio della palla medica	Forza Dinamica Arti Superiori	Pallone medicinale Kg 3 Nastro adesivo Fettuccia metrica	Porsi con i talloni dietro la linea di lancio e le spalle rivolte alla direzione di lancio. Afferrare il pallone e dopo un piegamento del busto in avanti a braccia in basso lanciare a braccia tese il pallone all'indietro senza piegare le gambe e senza spostare i piedi.	Effettuare 3 prove e segnare la migliore
Estensioni Dorsali	Forza Dinamica Parete dorsale	Materassino	Porsi in decubito prono, e bloccando gli arti inferiori eseguire degli archi dorsali con le braccia dietro la schiena.	Eseguire l'esercizio fino ad esaurimento
Massime raccolte	Forza dinamica Parete addominale	Materassino	Ponendosi in decubito supino a braccia distese lungo i fianchi eseguire una serie di massime raccolte flettendo contemporaneamente gli arti inferiori verso il busto e viceversa per arrivare seduti braccia avanti. Ritornare subito in posizione supina e ripetere.	Eseguire l'esercizio fino ad esaurimento
Flessione del busto sulle gambe	Mobilità del tronco e flessibilità Arti inferiori	Centimetro o doppio metro da edilizia	Dalla stazione eretta mantenendo le gambe tese flettere il busto avanti per scendere il più possibile con le mani verso il pavimento.	Due prove (la migliore)
Circonduzione delle braccia vincolata da una bacchetta	Mobilità articolare del cingolo scapolo omerale	Bacchetta di legno graduata con tacche ogni 5 cm (lunghezza 130 cm)	Impugnando la bacchetta alle sue estremità, dalla posizione eretta effettuare a braccia tese un passaggio delle stesse da avanti a dietro passando per alto e ritorno. Movimento da effettuare sempre a braccia tese.	Più prove fino ad individuare la presa più stretta.
Equilibrio bacchetta	Equilibrio dinamico	Bacchetta Cronometro	Il soggetto deve sostenere con il polpastrello del dito indice di una e poi dell'altra mano una bacchetta posta perpendicolarmente a terra.	Due prove per ogni mano
Avanzamento rettilineo su una linea	Equilibrio dinamico	Nastro adesivo Benda per gli occhi Fettuccia metrica	Bendare il soggetto e chiedere di avanzare su una linea posando un piede avanti subito dopo l'altro.	Una prova e segnare la distanza percorsa



TOP 87

ABBIGLIAMENTO E CALZATURE SPORTIVE
FORNITORE UFFICIALE NAZIONALE ITALIANA



www.top87.it



**MAGLIA
NAZIONALE**



**TUTA GARA
NAZIONALE**



**POLO
NAZIONALE**



**T-SHIRT e MARSUPIO
NAZIONALE**



**K-WAY IMBOTTITO
NAZIONALE**



**BORSA
NAZIONALE**



**TUTA ALLENAMENTO
NAZIONALE**



**CAPPELLO
NAZIONALE**

