

Le imprese della velocista della RDT

La Koch e i suoi record: già leggenda a 22 anni

Cresce intanto la maratona azzurra con una vasta base (e con Marco Marchei)

La polacca Irena Szewinska è leggenda prima ancora di aver smesso di correre in virtù d'una carriera che prese a farsi luminosa ai Giochi di Tokio del 1964, cioè 15 anni fa. Marita Koch, ventiduenne studentessa in medicina di Rostock, «rischia» di diventare leggenda in un arco brevissimo di tempo. La splendida atleta nello spazio di una settimana, dal 3 al 10 giugno, ha dato uno scossone prodigioso al record mondiale dei 200 metri prima portandolo a 22'03 e poi a 21'71, in entrambe le occasioni correndo sulla pista magica del Karl Marx Stadl.

Migliorare un record di tre decimi, in tempi di cronometraggio elettrico, è roba da marziani. Se prendiamo in esame la lista maschile 1978 dei ducentisti italiani ci accorgiamo che la velocista tedesca-democratica (un metro e 70 per gli chili) è più rapida di Pasqualino Abeti, Eddy Albertin, Luigi Benedetti, Vittorio Milanese, Luciano Cianti, Francesco Tiziani, Sergio Morselli. Se poi ci mettiamo a far conti ci accorgiamo che la velocità della formidabile atleta sulla distanza del mezzo giro è maggiore di quella relativa al «mondiale» femminile dei 100 metri detenuto dalla connazionale Marlies Oelsner-Goehr. Se poi osserviamo la classifica delle dieci atlete più veloci, notiamo che tra la prima, cioè la Koch, e la seconda, cioè la Szewinska, c'è un baratro di mezzo secondo, e su una distanza tanto breve mezzo secondo è un'eternità. Tra la prima e la decima, che è la sovietica Marina Sidorova, ci sono 84 centesimi di secondo. Il talento di questa ragazza tedesca sconfinata nella fantasia, è roba da gatto con gli stivali, da favola.

Due anni fa a Dusseldorf, in Coppa del Mondo, la Koch subì l'ultima sconfitta in una memorabile gara sui 400 metri. In quell'occasione, con 60 mila persone in piedi, rapite da uno spettacolo straordinario, Irena Szewinska ottenne l'ultima grande vittoria di una carriera che pare senza fine. Irena, che correva con la maglia bianca della selezione europea, partì velocissima per guadagnare più vantaggio possibile, consapevole che c'era che sull'ultima curva la piccola avversaria le avrebbe guadagnato molto spazio. La



In alto: a sinistra Marco Marchei ritratto nella vittoriosa maratona di Bruxelles; a destra la grande velocista polacca Irena Szewinska. Sotto: Marita Koch mentre taglia il traguardo dei 200 metri e realizza 21'71, record del mondo.

polacca entrò nel rettilineo in svantaggio, ma quando distese le lunghe gambe nell'ampia falciata che la caratterizza per la tedesca non ci fu nulla da fare.

Marita si è presa la rivincita il 31 agosto dell'anno scorso vincendo i campionati europei a Praga in 48'94, record mondiale prodigioso come il 21'71 del 10 giugno. La

Szewinska finì terza in 50'40. Non bisogna dimenticare comunque che Irena ha 33 anni e che a quell'età è già un prodigio ottenere risultati simili.

Ma il 10 giugno la Koch non si è limitata al record mondiale dei 200 perché un'ora prima aveva corso la prima frazione della staffetta che con 42'09 aveva migliorato il

primato mondiale della 4x100. Marita aveva lanciato Romy Schneider, Ingrid Auerswald e Marlies Oelsner-Goehr. Anche qui si è avuto un miglioramento del record nettissimo: 42'09 contro 42'27. Il primato precedente apparteneva sempre alla Germania democratica, dal 1978, con Johanna Klier, Monika Hamann, Carla Bodendorff e la

Oelsner. Il fatto che da un anno all'altro una staffetta si migliori così nettamente cambiando tre delle proprie componenti sia a dimostrare quanto sia straordinaria la capacità di rinnovamento dell'atletica leggera della RDT.

Detto della Koch, leggenda vivente a 22 anni, è giusto dire della maratona di Bruxelles, vinta da Marco Marchei e perduta dalla squadra italiana per una scelta errata dei selezionatori. Marchei, 25 anni, secondo alle spalle di Michele Arena ai recenti campionati italiani di Mirandola, è un ragazzo sereno che ha trovato nell'atletica leggera una importante componente della vita e del modo di viverla. A Bruxelles — si è corso tra una folla immensa: più di 100 mila persone — il giovane marchigiano ha lasciato che il belga Henry Schoofs e il francese Fernand Kolbeck si sfogassero. Poi, fresco e con belle riserve di energia, si è lanciato all'inseguimento e ha messo tutti d'accordo.

Marchei è alla quarta maratona: si è piazzato al quarto posto a New York, ha vinto a Monza, è terminato secondo a Mirandola e ha vinto a Bruxelles. Nella capitale belga si correva per la prima Coppa del Mondo di maratona: l'ha spuntata la Francia con 30 punti, grazie al terzo, decimo e diciassettesimo posto. L'Italia ha piazzato Marchei al primo posto, Orlando Pizzolato al quinto e Massimo Magnani all'ottavo. Ma non ha vinto perché i tecnici avevano inserito Pizzolato nella squadra B. E così gli azzurri si sono classificati terzi, preceduti anche dalla Gran Bretagna, con la squadra A e quarti con la B.

Il risultato di Bruxelles resta comunque, al di là di quell'incomprensibile errore di valutazione, straordinario e dimostra che la maratona italiana è, a livello di base, la migliore d'Europa. A Bruxelles, non dimentichiamolo, non c'era il campione d'Italia Michele Arena.

Dalla distanza breve di Marita Koch a quella lunga di Marco Marchei possiamo rilevare la costante evoluzione di atleti e Paesi. L'atletica va perfino troppo in fretta, indicando orizzonti vicini che ieri sembravano nascosti nelle nebbie del futuro.

Remo Musumeci

«A cavallo per guarire», più che uno slogan, è diventato un impegno terapeutico. Parliamo della rieducazione equestre, l'impiego più sociale di una disciplina sportiva ancora riservata, per ovvio di costi, a pochissimi privilegiati. Ma come sempre accade, l'elitismo di una pratica è venuto meno una volta che è precisata. Chi vuole la, per lo meno in questi settori, dove sport e medicina si fondono. Si è cominciato in Inghilterra e Danimarca, dove il cavallo è assai più popolare che da noi, e in Francia, dov'è ormai un mezzo di trasporto. Da qualche anno la rieducazione degli handicappati è una realtà che si sta diffondendo anche nel nostro Paese. Ce l'ha portata di peso, sulla base delle esperienze maturate da Eucineo, un medico milanese, il dottor Luciano Cucchi, chirurgo e pediatra della Ca' Granda. È partito da Eucineo, in provincia, una grande fattoria, quella di Neri Capponi, un agricoltore con la passione del cavallo. E da lì, attraverso Roberto, sono arrivati i ragazzi: spastici, paraplegici, traumatizzati, poliomielitici e così via. E poi, assistiti ovviamente da terapisti specializzati, ed i risultati sono stati davvero eccezionali. Poi, nel 1978, stabilizzati, vincendo anche le resistenze dei cattedratici dello scetticismo.

Qualche testimonianza? Parla la mamma. Poole è anni, paraplegica. «La bambina è entusiasta, non parla in classe. E ogni volta scende da sola, con il suo cane, a che di solito, con la ginnastica normale, richiede un intero pomeriggio». (A. Neri Capponi).

Un'altra mamma: «La mia bambina, non esagero, si è innamorata della vita che prima detestava. Se ne stava sempre sola, chiusa in una stanza, e non rispondeva a nessuna sollecitazione. Quando ha cominciato ad andare a cavallo con gli altri è cambiata dal giorno alla notte. Ha parlato di più, non faceva che contare i giorni del settimana, per ricordare quello della lezione, si è mossa con sempre maggiore agilità ed equilibrio. Devo dire che prima la mia bambina camminava assai poco, mi faceva stare sempre sulle spine per paura che cadesse. È montata sul cavallo e mi pare sia avvenuto una specie di miracolo, perché ci sia proprio bene, non cade, non perde l'equilibrio, e si è affezionata all'animale in maniera straordinaria». (Confidenze, gennaio '77).

«Nell'artrosi — dice un medico, padre di un ragazzo handicappato — il rimo attivo e passivo imposto dal cavallo serve ad estirpare quella rigidità articolare che conduce progressivamente all'immobilità. Soprattutto per paraplegici, spastici, cerebropatici, ritardati, mongoloidi i risultati sono buoni, in alcuni casi addirittura inaspettati, come quello di un ragazzo diciottenne affetto da distrofia muscolare che in seguito è riuscito a scendere a cavallo solo. Prima non poteva tenere eret-



Un momento di una seduta terapeutica.

Sport al servizio degli handicappati

A cavallo per guarire (non uno slogan ma impegno terapeutico)

to il tronco». (La Stampa, luglio '77). Maria Grazia Comi scrive a «Rieducazione equestre» il periodico dell'ANIRE, l'associazione che ora coordina tutta l'attività in Italia: «Sono una ragazza spastica ed ho vent'anni. Sino a qualche mese sono venuta al centro di rieducazione con risultati più o meno buoni e quasi sempre difficili ad ottenerli. Da qualche mese sono venuta al centro di questa nuova terapia. Così decisi di andare a vedere, una domenica: subito mi colpì l'ambiente aperto e il profumo della campagna, l'allegria che c'era in tutti. Andai in gruppo ad un pony, ed era un cavallo di razza, un purosangue. Il giorno seguente, con il aiuto della palestra, da allora tutte le domeniche vado al maneggio e cerco sempre di eseguire gli esercizi dettati con maggiore impegno». (Milano, dicembre '78).

Merito di un ragazzo

Sin qui le testimonianze, che avallano l'efficacia della terapia. Ma come si è cominciato? Si può dire quasi per merito di uno stesso ragazzo handicappato, Dario, ricoverato presso l'ospedale di Niguarda. L'aveva in cura il dottor Cucchi, e per aiutarlo a riorganizzare la propria forza di volontà contro la malattia, il medico gli promise che una volta guarito lo avrebbe portato con sé a cavallo. I risultati furono stupefacenti, e Dario non fu

che il primo di una lunga serie di bambini, adolescenti e giovani ai quali il dottor Cucchi ed i suoi collaboratori si sarebbero dedicati. Ma andiamo avanti, vediamo di vedere, per quanto empiricamente concesso ad un giornalista, il perché della riuscita.

Dal punto di vista fisiocinesiterapico, per dirla in parole povere: sotto l'aspetto della rieducazione motoria del fisico pura e semplice, la rieducazione equestre costituisce uno stimolo efficacissimo. Il cavallo è calore, è movimento. I ragazzi che montano in sella, procedendo adagio adagio ciascuno con tre assistenti, devono quasi istintivamente cavare dalla loro volontà l'equilibrio necessario al movimento dell'animale eliminando gradualmente le rigidità, sulla sella si compiono esercizi di ginnastica, antinforti, di lato, e sforzi che contribuiscono molto più della ginnastica tradizionale alla rieducazione del movimento. Abbiamo seguito le giornate di un corso di aggiornamento per gli operatori del settore, abbiamo sentito esprimere pareri, consigli ed anche dubbi. Abbiamo ascoltato la voce di chi vorrebbe moltiplicare i centri di rieducazione e non può farlo perché le strutture non glielo consentono. Abbiamo infine cercato di capire, attraverso la storia del ragazzo handicappato e del cavallo, e di spiegare alla gente che cosa significhi fare dello sport, anche del più elitario, un servizio sociale. Ne ripareremo nel prossimo servizio.

Carica di vitalità

Come si può esprimere meglio la carica di vitalità, di autonomia, di questi ragazzi che si sta riuscendo, seppur lentamente, a far sentire più padrone e protagonisti del loro corpo pur troppo malato? Per ora ci fermiamo qui, perché le cose da dire, da spiegare, da raccontare, assieme alle indicazioni precise, sono ancora tante. Nel merito della terapia equestre, nella prossima puntata. Abbiamo seguito le giornate di un corso di aggiornamento per gli operatori del settore, abbiamo sentito esprimere pareri, consigli ed anche dubbi. Abbiamo ascoltato la voce di chi vorrebbe moltiplicare i centri di rieducazione e non può farlo perché le strutture non glielo consentono. Abbiamo infine cercato di capire, attraverso la storia del ragazzo handicappato e del cavallo, e di spiegare alla gente che cosa significhi fare dello sport, anche del più elitario, un servizio sociale. Ne ripareremo nel prossimo servizio.

Gian Maria Madella (1 - continua)

Interessante proposta di un gruppo milanese

Breve vacanza per imparare a navigare sulla barca a vela

La base dei corsi è a Palau in Sardegna. Tre le iniziative: piccola navigazione costiera; addestramento sui cabinati e, per chi è già esperto, una vera e propria crociera-scuola. Tutti e tre i corsi avranno la durata di quattordici giorni. Costi abbordabili.



Una vacanza in mare: emozioni e divertimento.

MILANO (I. r.) — Sembra strano che su queste colonne si parli di vela. Lo abbiamo fatto poche volte ma, quando una iniziativa ci sembra interessante, riteniamo doveroso riferirla per chi ama questa disciplina sportiva che ormai, seppur lentamente, si sta staccando dalla pratica di élite. Lo scorso anno ci siamo soffermati sui corsi istituiti a Cervia dall'Arca, in questa occasione vogliamo riferire di una proposta che viene lanciata da un gruppo di

giovani milanesi, con diverse esperienze di vela e di mare, che hanno fondato il Velamareclub. Le due iniziative hanno un nesso: vacanze diverse a costi accessibili. Aspetto questo non di secondaria importanza, non v'è dubbio. L'intento è comunque: trasmettere questo patrimonio di esperienze a chi, al mare, si è sempre accostato sinora in modo diverso. In che cosa consiste la proposta del Velamareclub? È semplicissimo. I giovani milanesi, che hanno la propria

sede in via Crocefisso 4, offrono la possibilità di apprendere le nozioni di vela o di perfezionarle. La loro base operativa è a Palau, sulla costa nord-orientale della Sardegna a 40 chilometri da Olbia. I corsi sono tre: piccola navigazione costiera, addestramento sui cabinati e, per chi è già esperto, una vera e propria crociera-scuola. Tutti i corsi hanno la durata di quattordici giorni. Il programma del primo corso prevede, nella prima settimana, lezioni teoriche e

pratiche sugli elementi fondamentali della navigazione a vela con uscite in mare quotidiane, colazione sulle spiagge e rientro alla sera per la cena ed il pernottamento. La seconda settimana è interamente dedicata alla navigazione. A bordo di piccoli cabinati verranno visitate le isole dell'Arcipelago, mettendo quindi in pratica quanto si è appreso durante la prima fase del soggiorno. Il prezzo di questo corso varia da L. 190.000 (bassa stagione) a L. 230.000 (alta stagione).

La seconda proposta del Velamareclub prevede quattordici giorni di navigazione a bordo di due Caipirinha, barca armata a sloop, lunga m. 9,15 e perfettamente attrezzata per la navigazione d'altura. Naturalmente è una proposta rivolta a chi ha già avuto modo di farsi una seppur piccola esperienza di vita in mare. A bordo (mentre si veleggia in una zona compresa fra la costa Smeralda e Santa Teresa di Gallura, sulla costa sarda, e fra Bonifacio e Porto Vecchio su quella corsa) ci si dovrà avvicinare nei turni di guardia, di cucina e di riposo. E' certamente questa la maniera più indicata per far collimare le esigenze di vacanza con quelle di approfondimento delle proprie cognizioni sui temi della navigazione. Il prezzo di questa crociera-scuola è di L. 290.000 (bassa stagione) e di L. 360.000 (alta stagione).

Per i «quasi-lupi di mare», il Velamareclub propone infine una vera e propria crociera a bordo di un Aclia di 11 metri. I percorsi ovviamente verranno scelti dallo skipper in base alla capacità dell'equipaggio. Si starà in mare quattordici giorni per un prezzo che varia dalle 300 alle 370 mila lire. Non si tratta quindi di vacanze propriamente di lusso. L'abbigliamento? Semplice. La vita in barca richiede solamente magliette, jeans e maglioni per la sera.



Nehemiah trionfa ai campionati USA

WALNUT — Risultati di rilievo anche nella seconda giornata dei campionati degli Stati Uniti disputati a Walnut (California). James Sansford ha realizzato, vincendo la finale dei 100 metri, la migliore prestazione mondiale dell'anno con 10'17 precedendo Glance (10'15), King (10'16) e Riddick (10'19). Il ventunenne atleta di colore, che frequenta l'università della California del Sud, si era imposto agevolmente nella semifinale in 10'12. Tre dei migliori velocisti statunitensi, Edwards, McFar e Williams, erano stati eliminati nelle semifinali a conferma dell'elevato valore tecnico della prova. Renaldo Nehemiah ha conquistato il secondo titolo nazionale consecutivo della sua carriera imponendosi agevolmente nella finale dei 110 ostacoli in 13'19, terza prestazione mondiale di tutti i tempi dopo il record mondiale di 13" e il 13'16 di due mesi fa ottenuti sempre dallo statunitense. Nehemiah (nella foto) ha realizzato questa grande prestazione nonostante abbia fatto cadere quattro ostacoli.



RDT
REPUBBLICA
DEMOCRATICA
TEDESCA

VACANZE nella SELVA TURINGIA
ITINERARIO: Milano, Potsdam, Magdeburgo, Nordhausen, Turingia, Erfurt, Lipsia, Dresda, Berlino, Milano - TRASPORTO: voli di linea o volo speciale - DURATA: 15 giorni - PARTENZA: 10 agosto.
Quota di partecipazione L. 395.000

VACANZE STUDIO nella RDT
VIAGGI PER GIOVANI dai 16 ai 30 anni - Posti limitati
ITINERARIO: Milano, Freiburg, Berlino, Turingia, Erfurt, Lipsia, Dresda, Berlino, Milano - TRASPORTO: voli di linea - DURATA: 22 giorni - PARTENZA: 3 agosto.
La quota comprende, oltre al trasporto, la pensione completa per tutti i giorni indicati di cui 21 giorni a Freiburg e 1 giorno a Berlino, da 2 a 4 ore al giorno di corso linguistico.
Quota (indicativa) L. 400.000

COSTA DEL BALTICO
ITINERARIO: Milano, Berlino, Schwerin, Rostock, Sassnit, Neubrandenburg, Berlino, Milano - TRASPORTO: voli di linea - DURATA: 12 giorni - PARTENZA: 6 agosto.
Quota di partecipazione L. 350.000

UNITA' VACANZE - 20162 Milano
Viale Fulvio Testi, 75 - Tel. 64.23.557-64.38.140
Organizzazione Tecnica ITALTURIST