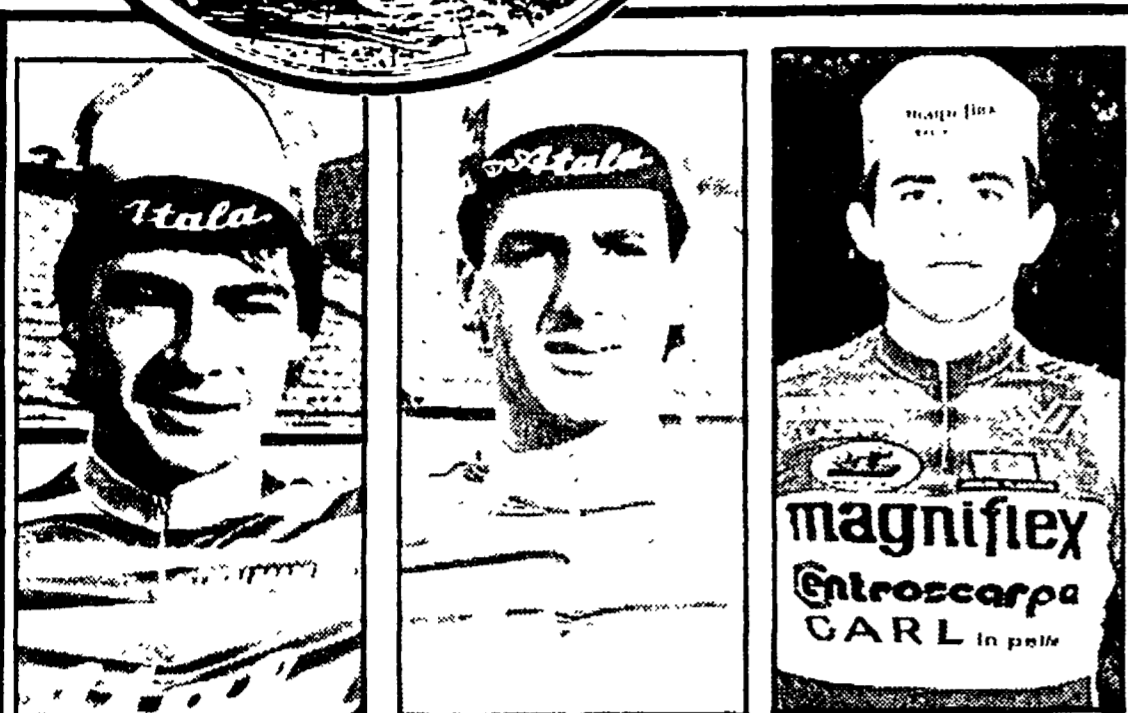


Il medico: «Vantaggi e limiti in ogni età»



Ogni direttore sportivo sa che deve conoscere a menadito l'applicazione di tecniche adatte al conseguimento di prestazioni massimali. Ogni medico dello sport sa che deve impegnarsi in un continuo controllo degli effetti dell'allenamento così da evitare danni, ma soprattutto per assicurare all'atleta il massimo rendimento possibile. Eppure troppo spesso, piccole invidie, umane gelosie, impreparazione professionale, rendono arduo tale compito di insegnamento e di collaborazione, con conseguenze nefaste sul futuro atletico di giovani corridori così frequentemente malguidati e peggio consigliati. E, per di più, viene talvolta a mancare una corretta collocazione del singolo in seno alla squadra con evidenti guasti circa l'atmosfera che in essa si respira, mentre facilonerie e pressapochismo caratterizzano il modo di affrontare l'aspetto psicologico dei molti problemi che affliggono le giovani leve, in rapporto ai carichi di lavoro e all'interpretazione della corsa stessa.

Volenti o nolenti, è questo il quadro della situazione che giustifica abbondantemente i motivi di tanti fallimenti al primo anno di professionismo. Ed è qui che il giovane atleta deve vendere cara la pelle: forte della co-

noscenza delle proprie caratteristiche tecniche, deve intuire, d'istinto, il tipo di corsa che gli viene proposto e far valere i diritti dell'età rispetto all'esperienza, contrapporre estro e fantasia al solito cliché che tende ad addomesticare la corsa. La presenza fisica è dalla sua, deve solo imparare ad allenare la capacità di concentrazione e di attenzione, perseguendo il controllo delle emozioni prima e durante la gara.

Il campione maturo è inferiore sotto l'aspetto della pura e semplice prestazione fisica, ma è nettamente superiore circa la resistenza ed il controllo dello stress emotivo. Occorre perciò liberarsi da questa soggezione psicologica ricordando che l'esito di una gara è legato a mille fattori imprevedibili, per cui la sperimentazione, la recita a soggetto, la interpretazione personale appaiono come un imperativo categorico al fine della vittoria nella quale credere fin dall'inizio e da perseguire fino in fondo.

E così che si diventa campioni, è così che si fa discutere e sognare le folle. Rischiare, lottare, gettare il cuore al di là dell'ostacolo, pagare un prezzo che appare assurdo a coloro che non hanno la mentalità adatta a gustare l'intima essenza di questo rito. La folla ama la vittoria, ma è disposta a rinunciarci, se può intravedere il massimo impegno, lo sforzo sovrumano, la dedizione assoluta ad uno stile che spesso può arrivare a sfiorare il sacrificio. La folla vuole emozioni violente, quasi un ritorno ai riti tribali di un tempo, e non dimentica immagini drammatiche come la maschera di fango e di fatica del corridore d'altri tempi o il pianto disperato di Merckx eliminato per doping dal Giro d'Italia del '69.

Anziché giocare a nascondino sulle ruote, uscire quindi allo scoperto con la consapevolezza dei propri limiti, ma anche delle proprie forze, liberi da sudditanze psicologiche nei confronti di chicchessia. Spavalderia, temperata dal mestiere, dalla professionalità, dalla presa di coscienza circa il ruolo da recitare e sostenuta, giustificata dalla fiducia, dalla dedizione, dalla certezza di poter cogliere traguardi ambiziosi. Il caldo, la pioggia, l'improvviso sussulto del plotone sotto i colpi di un attacco improvviso, le imperfette condizioni fisiche dell'avversario sono tutte occasioni pronte ad essere colte da chi ha intuito e fantasia, da chi sa stringere i denti e trasformare un sorriso in una sinorria, da chi sa inventare e condurre un attacco, da chi ha il coraggio del rischio.

A voi dunque, giovani leve.

dottor Bertino Bertini

Il ballo dei debuttanti e che sia un bel tango

Avanti i giovani, sembra il motto del prossimo Giro d'Italia. Avanti per dare al ciclismo nuova linfa, per cambiare vecchie gerarchie, per scoprire nuovi talenti. Sono molti i ragazzi che debutteranno nel Giro '86, molte le promesse e nelle foto presentiamo tre elementi attesi alla

prova: si tratta (da sinistra a destra) di Gianni Bugno, Giuseppe Calacaterra ed Enrico Galleschi, 22 anni il primo, 21 il secondo, 22 il terzo e tutti dotati, stando al parere dei tecnici, per ben figurare. Dunque da lunedì si balla, è il caso di dire che si comincia con «Tango».

Più che la multa poté lo sponsor

Nella storia del Giro d'Italia c'è anche un primato stabilito dalla giuria e che possiamo ben definire il primato delle ammende. Questo record appartiene al Giro 1982, quando riunendosi a Torino nella tappa di chiusura, i giudici distribuirono multe per un totale di circa un miliardo di lire. I motivi di una punizione così pesante erano dovuti alle scritte non regolamentari che quasi tutte le squadre portavano sugli indumenti dei loro

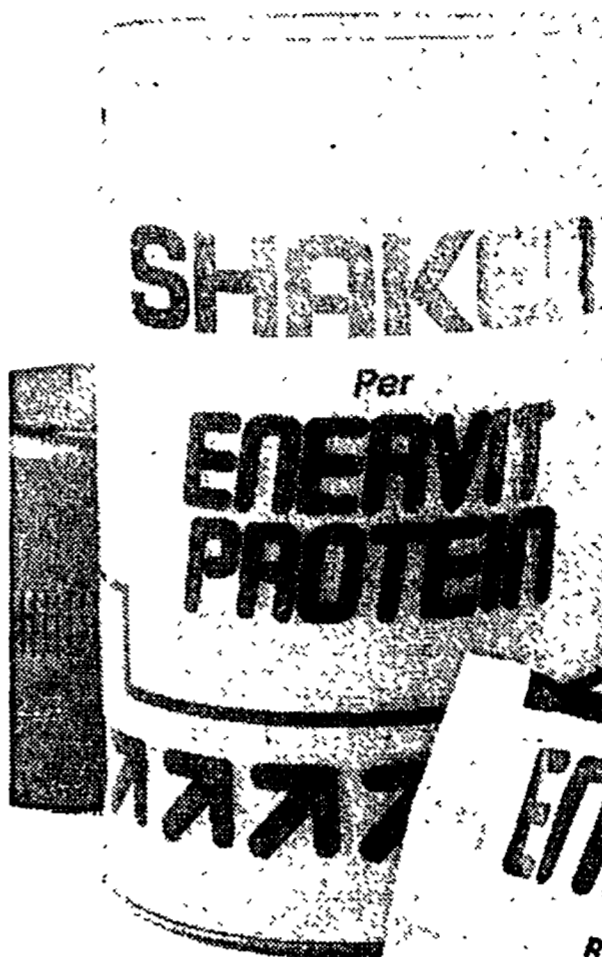
corridori. Scritte pubblicitarie che superavano le misure consentite dalle leggi ciclistiche e siccome le squadre erano fuori regolamento sin dalla prima tappa, alla fine del Giro l'ammontare delle ammende dava una cifra sbalorditiva. Ma il miliardo di multa non venne pagato poiché i gruppi sportivi ottennero una favorevole modifica senza sborsare una lira, e ancora oggi, anzi oggi più di ieri, è un'esagerazione di marchi e di sponsorizzazioni.

Vincere per la gloria o per i soldi?

Non è facile stabilire con esattezza l'ammontare dei guadagni in un Giro d'Italia. Abbiamo però le cifre dello scorso anno che riferite ai premi individuali più importanti previsti dalle varie classifiche danno la seguente tabella: Hinault 60.318.000; Moser 34.079.000; Lejarreta 24.791.000; Freuler 21.634.000; Van Der Velde 17.916.000; Lemond 16.578.000; Volpi 15.936.000; Navarro 15.900.000; Rosola 15.386.000; Prim 14.896.000;

Saronni 14.671.000; Chioccioli 13.140.000; Da Silva 12.901.000. E attenzione: questi soldi non sono finiti nelle tasche dei corridori citati, ma divisi coi vari compagni di squadra che hanno concluso il Giro. Rispettata anche la consuetudine che vuole il vincitore a... mani vuote. Hinault, per intenderci, ha lasciato tutto ai suoi gregari, ricavando però benefici di provenienze diverse: il grosso premio stabilito dal «patron» ed altre considerevoli entrate.

ENERVIT PER VINCERE, ENERVIT PER DIMAGRIRE



Enervit è un prodotto nato per chi fa sport, e infatti consente agli atleti non solo di mantenere il peso forma, ma anche di migliorare le prestazioni, di ottenere dei record, di vincere.

Ma Enervit è soprattutto un prodotto straordinario per dimagrire: per chi vuol vincere non solo nello sport, ma nella vita di tutti i giorni, in bellezza e in energia.

Basta sostituire un pasto al giorno con Enervit per dimagrire veramente, conservando l'efficienza e il tono muscolare.



Sponsor di Azzurra.
Fornitore Ufficiale Juventus F.C.



ENERVIT

Forti e magri.



ALSO - C.P. 15046 - 20100 Milano

FEDERAZIONE
CICLISTICA ITALIANA



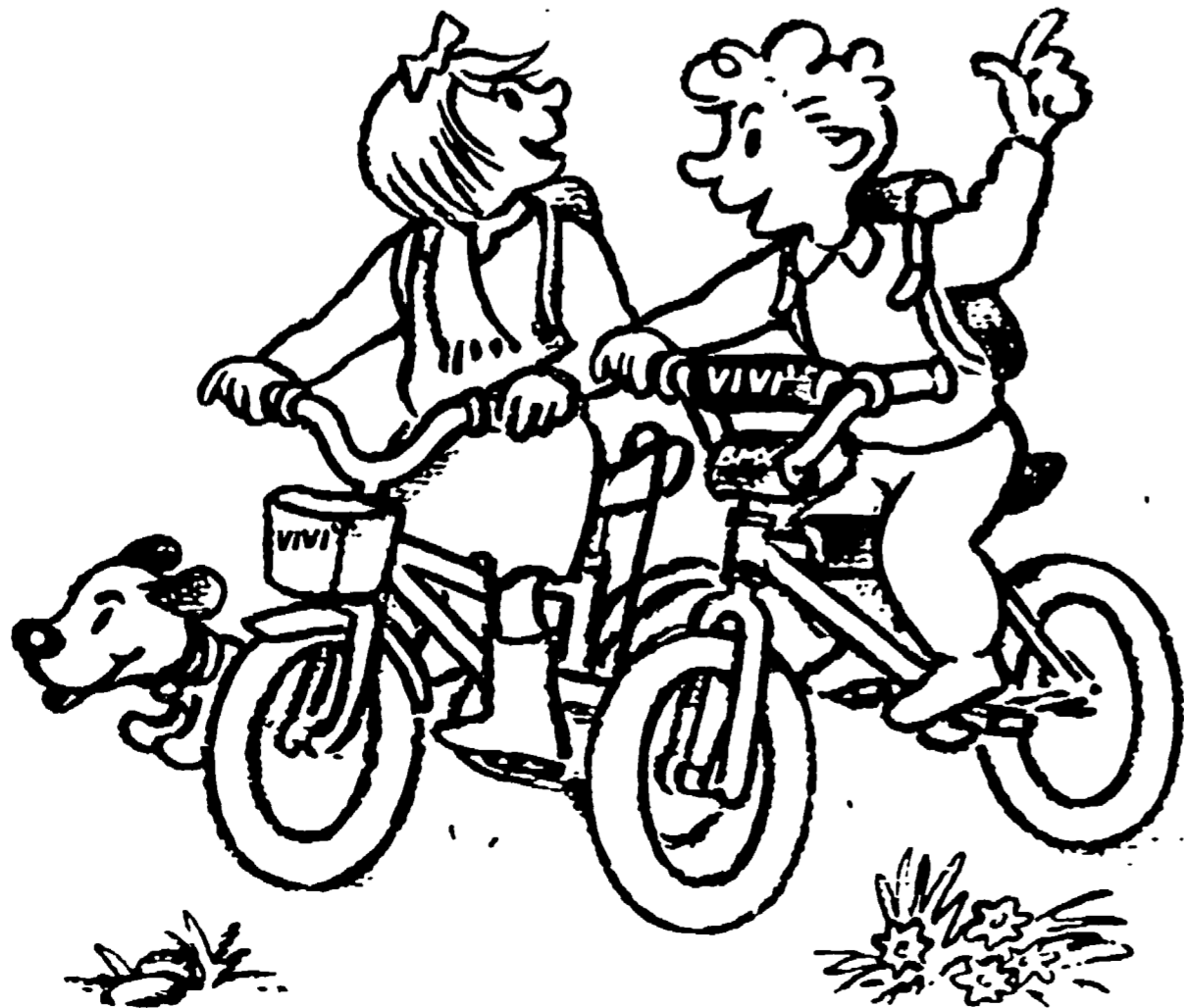
MINISTERO
PUBBLICA ISTRUZIONE

5° CONCORSO GRAFICO

APERTO ALLE CLASSI DI TUTTE LE SCUOLE ELEMENTARI
D'ITALIA IN COLLABORAZIONE CON LA VIVI' S.P.A.

TEMA:

LA BICICLETTA È ALLEGRIA E LIBERTA'



SEPRO VIVI/IMP

Gli elaborati dovranno pervenire entro e non oltre il 31 maggio 1986 alla Divisione Propaganda e Promozione della F.C.I. - CONCORSO GRAFICO, Via L. Franchetti 2, 00194 ROMA.

I disegni, uno per classe, devono essere realizzati su un cartone di formato 50 x 70.

La classe vincitrice riceverà un numero di biciclette pari al numero degli autori dell'elaborato, più una bicicletta per l'insegnante.

Le classi dalla seconda alla quinta classificata riceveranno rispettivamente un numero di 10, 8, 6, 4 biciclette. Tutti i premi sono offerti dalla Società

Biciclette

VIVI

Le premiazioni avverranno il 27-28 settembre 1986 a Pozzaglio (CR) presso lo Stadium BMX VIVI' in occasione della finale nazionale Giochi della Gioventù.