



Centro di Riferimento
Tecnico Territoriale
Ivrea, ottobre 2014

Attività del C.R.T.T. Nord - Ovest di Ivrea - anno 2014

A conclusione dell'ultimo stage realizzato il 18 e 19 ottobre presso il nostro Centro, riassumo l'attività che è stata svolta in questo anno e la filosofia che ci ha portato a realizzarlo.

Primo stage del 29 - 30 Marzo - Ivrea

N° 20 presenze di 7 Società (Ivrea, Bologna, Val di Sole, Milano, Ledro, Vigevano, Viadana)

Obiettivi: Linee fra le porte, tecniche di deviazione o rotazione attorno al palo con relativa verifica sullo scorrimento dello scafo.

Secondo stage del 19 - 21 Aprile - Ivrea

N° 20 presenze di 6 Società (Ivrea, Milano, Viadana, Ledro, Vigevano, Terni)

Obiettivi: Porte in risalita, velocità in ingresso, rotazione attorno al palo con la massima riduzione degli attriti e adeguata centralità sullo scafo, inoltre mantenimento della velocità anche in uscita dalla porta.

Terzo stage x gare di selezione del 3- 4 Maggio – Valstagna

N° 12 presenze di 6 Società (Ivrea, Lega Navale, Milano, Amici del Fiume, Vigevano, Ledro)

Obiettivi: Preparazione alla gara e supporto tecnico agli atleti che usufruiscono del CRTT di Ivrea.

Quarto stage x gare di selezione del 17-18 Maggio – Tacen (Slovenia)

N° 7 presenze di 3 Società (Ivrea, Lega Navale, Amici del Fiume)

Obiettivi: Preparazione alla gara e supporto tecnico agli atleti che usufruiscono del CRTT di Ivrea.

Quinto stage del 30 - 31 Agosto - Marlengo

N° 15 presenze di 10 Società (Ivrea, Milano, Ledro, Vigevano, Viadana)

Obiettivi: Preparazione alla gara e supporto tecnico agli atleti che usufruiscono del CRTT di Ivrea.

Sesto stage del 18 - 19 Ottobre - Ivrea

N° 26 presenze di 11 Società (Ivrea, Milano, Ledro, Vigevano, Terni, Brescia, Cuneo, Viadana, Lega Navale, Bologna, Lecco)

Obiettivi: Valutare i risultati delle gare della stagione appena terminata – analizzare le difficoltà incontrate e proporre nuove strategie per la prossima stagione. Verificare la capacità di **promotion** e relativa coerenza con il controllo pulsatorio durante i due test gara. Suggesti individuali sulle difficoltà incontrate e sul fatto di preoccuparsi solo di non sbagliare quindi risolvendo in condizione di **prevention**.

La presenza totale di atleti nei vari raduni si conferma simile a quella dello scorso anno con 12 Società provenienti anche da Comitati fuori dalla nostra pertinenza territoriale. Va considerato che il numero di partecipanti e delle società presenti è in aumento e che il canale di slalom d'Ivrea rappresenta ormai per molti un punto di riferimento tecnico importante. Aperto tutto l'anno ha dimostrato la sua validità non solo nella formazione delle categorie superiori ma anche per le categorie giovanili in grado di praticarlo e di essere alla pari dei loro colleghi europei, capaci di navigare su acque impegnative sin dalla giovane età.

Abbiamo continuato a focalizzare l'attenzione sull'importanza della percezione corporea in tutto quello che viene proposto (resistenza della pala in acqua, scorrimento dello scafo, coordinazione fra arti inferiori e superiori durante le manovre fra le porte, in acqua ferma - mossa, con l'obiettivo di realizzarle in economia e dosando l'energia applicata attraverso ritmi adeguati).



Ci siamo impegnati ad aiutare l'allievo o l'atleta ad ascoltarsi, ad analizzare l'acqua, a riflettere e a comunicare le sensazioni percepite descrivendo le idee che lo hanno spinto a ragionare o a decidere in un determinato momento in quel modo. Questo l'approccio sul quale abbiamo focalizzato la nostra attenzione per definire come questa venga indirizzata verso il risultato con *fast* and *clean* e non solo realizzando un corretto passaggio fra le porte.

In molti casi, superato lo scoglio della difficoltà dell'acqua e dopo aver acquisito una tecnica adeguata, abbiamo iniziato a lavorare più individualmente cercando di conoscere meglio la personalità degli atleti ed il tipo di difficoltà incontrata, non solo con quelli elite ma anche con i giovani, affinché possano riuscire gradualmente ad entrare in quell'ordine di idee che fanno della determinazione, della presenza, e della capacità di gestire lo stress uno dei punti importanti da perseguire in ottica futura.

Seguire il comportamento dei giovani in gara, la discussione fra tecnici e responsabili di società, le proposte, la sperimentazione e l'applicazione di nuove teorie anche mentali ci hanno permesso di affrontare sotto una luce diversa, non solo lavorando sugli errori o sulle "*teorie della tecnica di slalom*", ma cercando di capire come aiutare i giovani ad immaginare che le situazioni difficili incontrate in allenamento o in gara sono momenti importanti per costruire soluzioni nuove, quindi nuova esperienza.

Partire da quello che di positivo hanno acquisito può aiutarli ad immaginarsi *positivamente* di fronte a situazioni nuove in allenamento o in gara rinforzando l'autostima ed evitando così di vedere o immaginare solo le difficoltà che si possono incontrare vivendo *negativamente* e condizionando così la prestazione. Abitarli a ragionare in modo positivo, se non conoscono ancora questa possibilità, perché così eviteranno di vedere solo quegli aspetti negativi che non li aiutano ad essere efficaci nella ricerca del miglior risultato e quindi anche del loro limite personale.

La risposta delle Società presenti è sempre più soddisfacente come pure i risultati ottenuti durante le gare di questa stagione. Le richieste che abbiamo ricevuto per il futuro dimostrano la bontà e la qualità del lavoro svolto e che ci spingono a continuare e migliorare le nostre proposte. In questa direzione alcuni Comitati Regionali si sono organizzati anche al di fuori dalle attività specifiche del CRTT indette dalla Federazione, perché il tempo che il CRTT può dedicare alla crescita dei loro atleti è limitato.

In questa ottica si è deciso di lavorare periodicamente ed assiduamente nell'impianto sportivo del club con il suo *Polo di Specializzazione*. Sono stati indetti due nuovi incontri a novembre ed uno a dicembre e che saranno pubblicizzati inviando a tutte le Società un documento esplicativo inerente le nostre proposte per il 2015.

Il responsabile del Centro di Riferimento Tecnico Territoriale di Ivrea
Roberto D'Angelo