

Perché una NUOVA RIVISTA



EDITORIALE

Antonio Urso
Presidente FIPE

C'è la necessità in questa nostra epoca di eccesso informativo di mettere del nuovo inchiostro su dei fogli di carta? Una successione di parole, in genere, costituisce un messaggio; a chi è indirizzato il messaggio di questa rivista? E di una rivista che parli di sport? Ed ancora, perché prevalentemente di forza?

Queste e molte altre sono state le domande che la FIPE, con il supporto degli autorevoli amici del Comitato Scientifico e dell'Editore, si è posta prima di dare vita a questa rivista e vi assicuro che il travaglio è durato non poco: tante le domande e tantissime le risposte, a volte entusiasmanti; da alcune scaturivano altri interrogativi e nuovi dubbi: alla fine il tempo, la passione e le giuste idee ci hanno portato a credere che di questa Rivista ci fosse proprio la necessità e non solo perché siamo di parte, quanto perché volevamo fare la rivista con le conoscenze che avremmo sempre voluto trovare in edicola o più pretenziosamente negli scaffali di una biblioteca o tra i nostri libri e le nostre letture.

E non è stata nemmeno una pura e semplice operazione di marketing; non siamo mai stati minimamente attraversati da questa idea, pur legittima, perché in tale ottica sarebbe stato più semplice fare una rivista che si occupasse di cronaca e di politica federale. Abbiamo voluto puntare invece su una periodico di qualità, di prestigio, che in qualche maniera potesse riportare a tutti il nostro punto di vista sull'evoluzione dell'allenamento e, in particolare, sull'evoluzione dell'allenamento della forza.

La forza, proprio questa grande capacità dell'uomo, che in qualche maniera trattiamo dal lontano 1902 anno in cui questa Federazione, ufficialmente, fu costituita. La nobile idea di un nobile uomo, il Marchese Luigi Monticelli Obizzi (1863-1946), che ancora oggi dobbiamo ringraziare per la sua dedizione a questo sport e, in particolare, per il grande messaggio che è riuscito a far portare avanti e così a far tramandare da intere generazioni. Sono certo che quando portò a compimento la sua idea neanche egli avrebbe mai immaginato che alle soglie del XXI° secolo si parlasse ancora di un qualcosa di inerente all'espressione (anche estetica) della forza, di certo più evoluto, ma che avrebbe trovato salde radici nella sua opera.

La forza, quindi, quella meravigliosa magia (la forza è una magia? Certo lo è; lo diciamo qui e altrove in questo primo assaggio di nuova rivista), magia dunque, che ha permesso all'uomo di difendersi, di cacciare, di nutrirsi, riprodursi e raggiungere altre ed alte mete; quella condizione che gli ha inoltre permesso di misurarsi (con se stesso e con altri) di

vincere, di gioire, di perdere e quindi fortificarsi (allora quando si perde, si diventa più forti, quando si perde si vince anche?), ma, soprattutto, gli ha permesso di evolversi, di passare dalla posizione quadrupede alla posizione e stazione eretta. La forza di sollevarsi a guardare e dominare l'ambiente intorno a sé e poi quello lontano: con la forza, pian piano o veloce veloce, si va lontano. Gli ha anche permesso di diventare intelligente, questa capacità di muoversi nello spazio circostante, quindi di interagire con l'ambiente, ricevendone nuovi stimoli al suo divenire.

È stato bellissimo essersi evoluti attraverso la forza e l'uomo per ringraziare la natura di questo dono ha addirittura creato degli stili di movimento con cui rendere omaggio di questo dono: lo sport. L'uomo ha scoperto, inventato, trovato lo sport. Non c'è sport che esprima il suo stile senza far ricorso alla forza, non c'è allenatore che non incoraggi un suo atleta prima della prestazione dicendogli: "...dai, forza". Non c'è momento del giorno e della notte che non siamo costretti a lottare e vincere contro la forza che domina il nostro pianeta ed il nostro sistema planetario: quella di gravità. Anche quando dobbiamo convincere qualcuno di qualcosa usiamo la forza, quella delle parole e quella del pensiero.

Se tutto questo è vero, allora era necessario che ci fosse uno spazio dedicato che si occupasse principalmente di far ragionare in maniera scientifica quei protagonisti che hanno necessità di ricavare vantaggi fisici dallo sviluppo della forza (prepotenza esclusa).

Era necessario capire come la forza può influenzare un modello prestativo, se basta solamente diventare più forti per vincere una competizione.

Di certo rispondere da soli a queste domande sarebbe stato un compito complesso e, coscienti e consapevoli di questo, abbiamo raddoppiato.

Il prodotto di questa rivista sarà pienamente condiviso e supportato da un ente internazionalmente riconosciuto come l'agenzia internazionale di riferimento per ciò che riguarda l'allenamento della forza: la NSCA (*National Strength and Conditioning Association*) che ormai da anni ha creduto alla valenza del nostro progetto e per questo ci ha permesso addirittura di costituire un'Agenzia che la rappresentasse nel nostro territorio: la NSCA Italia.

Il loro motto è noto ai più: *Bridging the gap between science and application*, colmare il gap tra la scienza dell'allenamento e l'applicazione pratica. Non possiamo che dividerlo considerati alcuni limiti nella formazione italiana in ambito sportivo.

Dovremmo investire tantissimo nella cultura, quella che ci consenta di trasferire il sapere nel saper fare. Il mondo sportivo ha bisogno di fare una riflessione di ordine culturale, e noi vogliamo metterci in discussione, provando a cominciarla - mettendoci per strada - e poi a continuarla.

Considero le palestre, i campi di allenamento ed ogni luogo dove fare attività fisica, spazi importanti, alla stregua degli ambulatori medici, dove si tratta la medicina per curare la salute dell'uomo, perché sicuramente un uomo forte è anche sano. Per tale motivo, i professionisti dell'allenamento, i tecnici e i personal trainer, sono figure che certamente non possono essere improvvisate, né tantomeno essere dotate di un ridotto bagaglio scientifico e di scarsa esperienza pratica. Non a caso, li definisco dei terapeuti del movimento; come i terapeuti *tout court* sono in grado di curare la salute, i terapeuti del movimento devono essere in grado di "guarire" la prestazione sportiva, insieme devono anche riportare atleti dopo infortuni o situazioni patologiche e pregresse nuovamente alla prestazione.

La rivista si rivolge quindi a Professionisti con la **P** maiuscola, anche se la legislazione attuale non ne riconosce la professionalità ed anzi, al contrario, con scarsa lungimiranza e sensibilità, offre spesso a chicchessia la possibilità di allenare, recuperare o avviare alla prestazione sportiva.

Per tutte queste ragioni, vogliamo aprire attraverso questo nuovo strumento culturale un tavolo autorevole di confronto, a cercare nel nostro ambito di competenza, già vasto, una risposta non statica alle esigenze dello sport di alto livello, di quello amatoriale e di quello destinato esclusivamente allo star bene.

Ci accompagneranno in questa faticosa ma affascinante impresa due illustri amici: il Prof. Pasquale Bellotti ed il Prof. Menotti Calvani che costituiscono assieme al sottoscritto il Comitato Scientifico della Rivista. Hanno condiviso con entusiasmo e passione straordinaria la nascita di questo nuovo progetto che si può realizzare anche grazie alla presenza illuminata dell'Editrice Calzetti & Mariucci di Roberto Calzetti. Ma saranno molte, auspichiamo, le firme eccellenti, ed altrettanto quelle che lo diventeranno, magari anche grazie alla nostra rivista, per dare il loro prezioso contributo alla realizzazione di un nostro sogno che si realizza...la forza dei sogni.

E, dunque, si va! Forza!