

Ciao ragazzi visto e considerato l'inizio della stagione 2008 vorrei rispondere a tutti quelli che mi chiedono come preparare l'anno agonistico.

Premetto che è un'indicazione complessa per via delle problematiche date da disponibilità di tempo di finanze e aree a disposizione per praticare gli allenamenti.

Per fortuna i praticanti dell'enduro sono molto decisi e caparbi, disposti ai sacrifici, quelli veri come l'andare a correre dopo il lavoro, o uscire ad allenarsi nonostante la pioggia insomma non proprio dei fighetti che han paura di sporcarsi e faticare, anche se i crossisti e qui.. ..apro una parentesi per una considerazione su tutti quei discorsi che si sono fatti riguardo i crossisti che vincono nell'enduro.

Partendo dal presupposto che se uno vince, è perché ha dato gas ed è allenato quindi da che specialità provenga non è importante, ma è importante che faccia sognare gli appassionati augurando che si diverta praticando questo sport, poi se viene dal cross dal rugby, vedi Botturi, dal calcio Belotti, dal trial vedi Blazusiak che ha battuto enduristi come David Knight che però a sua volta ha battuto crossisti come Pastrana, Mc Grath ed Everts e tanti altri.

Insomma per essere esplicito vi proporrei il caso più "strano": un personaggio che prima di essere quello cui è, fu campione nello Skateboard.

Quindi si dovrebbe pensare che per vincere 2 mondiali di enduro, 4 Sei Giorni, 6 Dakar in moto e qualcuna con l'auto, si deve venire dallo Skate come Peterhansel ? Mi dispiacciono le discussioni da bar sentendo dire che i crossisti sono più forti degli enduristi e addirittura questi sono quelli che hanno fallito nella propria specialità "ripiegando" sull'enduro. Attenzione a non essere abbagliati da facili conclusioni!

Ad esempio Ivan Cervantes lasciato il cross si è dedicato a tempo pieno all'enduro, costruendosi un'estrema dietro casa, andando in montagna per mulattiere e fettucciati, cosa che mi risulta faccia anche Aubert, quindi troverei più corretto dire che per i piloti del cross una volta lasciate le piste hanno meno difficoltà ad adeguarsi ed imparare a fare l'enduro grazie anche ad una migliore preparazione tecno fisica,..... però ricordiamo che Salminen nel mondiale cross non ha fatto poi tanto male arrivando davanti a piloti che vincono campionati Nazionali di cross!

Io sono partito dall'enduro (al contrario di quello che pensa il grandissimo Andrea Bartolini) per poi passare al cross regionale e ricordo in effetti che questa nuova avventura risultava "bello e complicato" andare in finale, così ho abbandonato mulattiere e sentieri dedicandomi a piste e salti, poi con il tempo andavo tranquillamente in finale e vincevo, ma nessuno diceva che un endurista era venuto a mettere tutti in riga.....(anzi per meglio dire, un salumiere visto che lavoravo, mentre i ragazzi già a quel livello erano piloti a tempo pieno con 2 moto d'allenamento e camper "613 da mondiale") ma ero solo uno che dall'enduro si è dedicato al cross, poi in effetti nel mondiale cross da "endurista"avevo finito 20° ed una volta tornato all'enduro sono andato sul podio al primo anno, ma intanto avevo ripreso ad allenarmi sui monti.

Naturalmente il fatto che un giovane crossista parte con tutte le strutture professionali è sicuramente un vantaggio facendo prendere la giusta mentalità e dedizione agli allenamenti, cosa che nell'enduro, a patto che si trovi l'area per allenarsi senza forze dell'ordine che lo vietano, va agli allenamenti in sella alla propria moto,e molto spesso quindi senza qualcuno che lo segua dando consigli e prendendo i tempi sul giro come succede in pista.

Va be tornando a come preparare la stagione, il mio consiglio se si vive in un luogo dove c'è neve o gelo è di prediligere un allenamento fisico di tipo aerobico in palestra con corsa a piedi, almeno nei mesi più freddi proprio per non "cadere in cadute" sul fondo ghiacciato e compromettere la stagione. Appena le condizioni meteo si prestano è indispensabile inforcare la moto ed allenarsi in qualsiasi condizione meteo (ricordo che le gare si corrono anche sotto la pioggia) sacrificando le sedute in palestra (se poi si ha tempo, voglia e soldi, ben venga pure quella) perché sulla moto è quasi più importante essere pilota che atleta, infatti quante volte si superano ostacoli meglio con la tecnica di chi usa la forza !?!

Le sedute in moto devono essere frequenti anche 4 volte alla settimana (e qui nasce il problema tempo/soldi) alternando sentieri e mulattiere al campo da cross dove oltre a misurarti con gli altri avendo così un riferimento, puoi fare un ora a tutto gas con situazioni da prova speciale, salti inclusi. Purtroppo trovare una mulattiera lunga un ora è quasi impossibile, poi sono aperte al pubblico quindi meglio prudenza, però non va tralasciata in quanto con un buon passo si impara a improvvisare la traiettoria ed a migliorare il colpo d'occhio, lavoro fondamentale nei vari passaggi nel corso della gara d'enduro..

Se nel campo da cross è bene fare 4 / 5 sedute da 30 minuti o più, nell'enduro sarebbe bene consumare un paio serbatoi pieni, in questo modo si prende quella confidenza sulla moto che ci aiuta a spingere con maggior facilità e sicurezza sul gas. Per quanto riguarda la dieta, io onestamente non l'ho mai seguita (anche se pare si dovrebbe...) però non sono stato capace di selezionare e limitarmi con il cibo,..... anche perché trovo che sia un piacere paragonabile ad andare forte in moto !

Con queste poche dritte vi auguro una stagione divertente e ricca di soddisfazioni ! Lo scorso mese parlavo della Dakar e delle sue caratteristiche di gioia e dolori, per l'edizione 2008 si può parlare solo di dolori, infatti con l'annullamento ad un giorno dalla partenza ha creato rabbia e tristezza in migliaia di persone. Purtroppo temo che con l'instabilità politica del continente Africano unita ai problemi di pace nel mondo, visto la provenienza delle ipotetiche minacce d'attacco, la gara off road più affascinante e famosa del mondo, avrà grossi problemi a pensare ad un futuro. Annullando la gara si sono infranti i sogni di molte persone arrivate ad un passo dal realizzare il proprio desiderio: quello di correre almeno una volta nella vita la Dakar!

Una vera beffa dopo aver combattuto per avere il proprio nome nella lista di partenza, i mesi e mesi alla ricerca di sponsor, l'aver preparato il mezzo utile esclusivamente per questa gara, cercato il supporto per l'assistenza, aver lavorato per la parte burocratica con visti ai consolati e visti sanitari ed altri mille documenti, aver messo sotto sopra famiglia, amici e parenti per preparare questo evento, oltre naturalmente alla preparazione fisica, ed a solo poche ore dal realizzare il sogno, la ASO rispondendo all'ordine del Governo Francese comunica l'annullamento della prova!

Naturalmente non dimentichiamo le case ufficiali che investono tantissimi soldi in questa gara per lo sviluppo dei propri mezzi, le compagnie di sponsor che hanno stanziato budget astronomici per avere il proprio logo nelle liste (...quindi in televisione, ad esempio la Repsol aveva pianificato un ciclo di pubblicità giornaliera con i propri piloti auto e moto per i 20 giorni della Dakar sulla televisione Spagnola), certo forse le multinazionali e le grosse compagnie piangono per il mancato affare, mentre i piloti privati piangono per i debiti conseguiti nei preparativi non più coperti dagli sponsor...

Personalmente mi è dispiaciuto molto non aver partecipato nella nuova veste di "camionista" , sarebbe stata una nuova ed interessante esperienza, fortunatamente il materiale umanitario dei tre camion del progetto Dakar Solidario di cui facevo parte dopo la cancellazione non hanno annullato

il progetto del Dott. Mir ed in diversa forma il materiale verrà comunque consegnato ai veri ospedali della Mauritania e Senegal. Purtroppo sarà più complicato per il camion capitanato da Elisabetta Caracciolo con il materiale raccolto dagli amici del gruppo Alpini Gorle per Suor Isolina, non avendo il supporto del governo, come hanno gli Spagnoli, Elisabetta sarà costretta a cercare nuovi sponsor per trovare un modo per portare il materiale, naturalmente gli Alpini Gorle sono già in movimento per cercare la soluzione ed eventuali aiuti.

Cosa dire? Penso che gli organizzatori si siano mossi nella direzione giusta, mettere a repentaglio l'incolumità dei partecipanti assumendosi le responsabilità penso non sia facile, controllare i movimenti di bande armate da parte della Polizia da quelle parti è impensabile.

Si dovrà puntare il dito accusando tutti coloro che per vari motivi non riescono pur avendo la possibilità a regalarci un mondo tranquillo e sereno almeno per fare sport!

Tratto da Motocross di Febbraio 2008