



RELAZIONE SULLA STAGIONE 2015 DELLA SQUADRA NAZIONALE SENIOR SETTORE VELOCITA'

La presente relazione ha lo scopo di analizzare l'attività e i risultati delle Squadre senior della stagione appena conclusa. Separatamente verranno trattate le categorie Junior e Under 23.

Con lo scopo di rendere chiaro il contesto organizzativo posto in essere per la preparazione, il documento si apre con il riepilogo tabellare delle attività svolte nel semestre agonistico appena trascorso e le relative descrizioni dei metodi e dei supporti logistico - organizzativi utilizzati.

ATTIVITA' SVOLTE - Semestre aprile- agosto 2015

Data	Località	Settore	Supporti	Atleti
5 – 12 Aprile	Mantova	Raduno Senior Tutti i settori	Sanitario (Medico e/o fisioterapico)	35
11-12 aprile	Mantova	Partecipazione Gara internazionale e Prova selettiva Senior	Sanitario	35
12-28 aprile	Mantova	Raduno Senior Tutti i settori	Sanitario	30
30 aprile - 4 maggio	Racice	Partecipazione Campionati Europei	Sanitario	21
10-20 maggio	Mantova	Raduno Senior tutti i settori	Sanitario e Tecnologico	32
20-25 maggio	Duisburg	Partecipazione 2^ Coppa del Mondo Kayak Maschile e Canadese Maschile	Sanitario e Tecnologico	21
25 -28 maggio	Copenaghen	Raduno senior selezione Kayak e Canadese Maschile	Sanitario	18
29 -31 maggio	Copenaghen	Partecipazione 3^ Coppa del Mondo	Sanitario	18
29 maggio-11 giugno	Mantova	Raduno Kayak maschile per Baku	Sanitario	5
1 - 11 giugno	Castel Gandolfo	Raduno Kayak donne e Canadese per Baku	Sanitario	7
12-16 giugno	Baku	Partecipazione European Games	Sanitario	9
7-27 giugno	Sabaudia	Raduno Kayak e Canadese maschile	Sanitario e Tecnologico	15
3-5 luglio	Mantova	Partecipazione gare test selezioni mondiali		28
5-25 luglio	Val Senales	Raduno Kayak Maschile (1000m) e canoa Candese Uomini	Sanitario	11



7-25 luglio	Pavia-Val Senales-Mantova	Raduni Kayak Maschili Uomini (200m)	Sanitario	6
25 luglio-1 agosto -	Val Senalesi	Raduno Canadese		1
29 luglio-15 agosto	Mantova	Raduno Kayak maschile	Sanitario e Tecnologico	12
2-16 agosto	Castel Gandolfo	Raduni Canadese	Sanitario	10
3-15 agosto -	Milano	Raduno Kayak Donne	Sanitario	8
5 agosto	Mantova	Prove selettive Kayak Maschile		12
15-23 agosto	Milano	Partecipazione Campionati del Mondo	Sanitario e tecnologico	32

Descrizione

Terminato con le prime prove indicative di Castel Gandolfo (26-29 marzo) il periodo preparatorio e la fase introduttiva della preparazione speciale alle gare, la programmazione del periodo agonistico ha seguito sostanzialmente la calendarizzazione stabilita.

L'unica significativa eccezione si è avuta nel settore del kayak femminile, dove rispetto a quanto ipotizzato non si è compiuto il percorso d'integrazione tra le atlete del programma federale e quelle che invece ne avevano seguito uno societario. Questa mancata sinergia ha avuto riflessi negativi soprattutto quando, successivamente alla partecipazione agli europei di Racice, in previsione e preparazione dei Giochi europei di Baku (4 le atlete qualificate), si è reso necessario formare delle barche multiple. Successivamente, analoghe e ancor più significative difficoltà sono emerse anche per la partecipazione ai Mondiali di Milano, con l'abbandono del raduno e la rinuncia al Mondiale dell'atleta che meglio aveva rappresentato l'Italia nelle prime gare della stagione internazionale (Racice e Duisburg).

Nei settori del Kayak Maschile (200 e 1000m) e della Canoa Canadese le attività collegiali hanno significativamente caratterizzato anche tutte le fasi del periodo agonistico, seguendo il programma calendarizzato per raduni e gare. Le necessarie diversificazioni sono state determinate da cause di forza maggiore e/o da deliberate scelte alternative, sempre ampiamente motivate.

Nel Kayak Maschile, nonostante l'elevato numero di atleti coinvolti inizialmente, la composizione del gruppo dei 1000m nel corso della stagione è andata via via assottigliandosi, prevalentemente per problematiche non tecniche. Tale carenza numerica, come da commento successivo, in qualche misura ha nuociuto sulle potenzialità partecipative al Mondiale, sia sul piano quantitativo che su quello qualitativo.

Il settore della Canoa Canadese è quello che più di ogni altro ha seguito gli schemi programmati. L'unica modifica apportata è stata la sede del raduno finale prima del Mondiale, svolto a Castel Gandolfo e non a Mantova.

Delle attività salienti della programmazione precedente il mondiale fanno parte le Gare ufficiali e le Gare-test svolte rispettivamente nei mesi di maggio (Europei e Gare di Coppa del Mondo) e giugno (solo per gli



atleti partecipanti a Baku), e Mantova 3-5 luglio (Gara test). Limitatamente al K4 1000, per un problema insorto al momento della partenza, la selezione è stata spostata al 5 agosto, data nella quale sono state verificate anche altre imbarcazioni del Kayak maschile.

Le barche prestantive agli europei di Racice, alle 2 gare di Coppa del Mondo di Duisburg e Copenaghen (dove sono stati svolti anche confronti diretti tra gli italiani) e a Baku, sono state esonerate dalla partecipazione alla suddetta selezione del 3-5 luglio. Tuttavia, soprattutto dopo il periodo di preparazione in Val Senales, il livello tecnico-agonistico di questi equipaggi è stato periodicamente valutato anche attraverso test gara interni ai raduni e con altri equipaggi, come la suddetta prova del 5 agosto, o mediante il confronto cronometrico o il calcolo degli scarti percentuali rispetto alle tabelle dei tempi federali.

Le possibilità di porre in essere la buona pratica dei confronti cronometrici in identiche situazioni tra barche diverse anche di differenti settori e tipologie, è stata limitata proprio nella parte conclusiva della preparazione a causa della scelta dei tecnici federali responsabili dei tre settori di diversificare le località di svolgimento del raduno finale precedente il mondiale. Raduni svolti rispettivamente per kayak donne, kayak uomini e canadese a Milano, Mantova e Castel Gandolfo. Ciò, come detto, non ha permesso l'ulteriore monitoraggio prestativo derivante dal confronto delle prove cronometrate. Questa procedura, che viene in questo contesto evidenziata come un limite, anche per le difficoltà di costruzione di un'unica squadra coesa, ormai è invece un modus operandi ampiamente diffuso anche in altre importanti nazionali dello scenario canoistico mondiale, sempre più alla ricerca di una specializzazione esasperata.

Successivamente all'ultima potenziale selezione per il mondiale (Mantova 3-5 luglio) era programmato, e si è regolarmente tenuto, per Kayak Maschile e Canadese, un periodo di 3 settimane (4 per un atleta della canadese) in montagna (Val Senales) con allenamenti in barca a quota 1600 s.l.m. e soggiorno e allenamenti a secco a 2000 m. In accordo con il medico federale responsabile dei servizi sanitari, tale periodo, che è anche coinciso con le giornate più calde dell'estate, è stato prevalentemente orientato ad un richiamo dei carichi di allenamento metabolico e di quello biomeccanico. Infatti, a tal fine, hanno giovato le favorevoli condizioni ambientali/climatiche (25° di temperatura dell'aria nelle ore di allenamento e 10 -12° per l'acqua).

Per il periodo limitato e per l'altitudine contenuta, l'aspetto determinante questa scelta tecnico-logistica si spiega essenzialmente nella ricerca di condizioni ambientali particolarmente gradevoli per clima e tranquillità. Aspetti fondamentali per indurre benessere e quindi la rigenerazione fisico - prestativa in un'equilibrata alternanza allenamento-recupero. Il tutto all'interno di un corretto apporto nutrizionale e nel pieno rispetto dei ritmi circadiani.

Supporto Metodologico, Sanitario e Tecnologico

Come riassunto in tabella, in quasi tutti i raduni del periodo e in diverse gare, le squadre hanno beneficiato di supporti di varia natura. Il più presente, anche perché coinvolto nella programmazione e negli indirizzi metodologici - in particolare dei Settori Kayak Maschile e Canadese - è stato il servizio sanitario. Come accennato tale fondamentale contributo, diretto dal medico federale, spazia dagli aspetti medico diagnostici e terapeutici, alle attività fisioterapiche seguite e coordinate dal fisioterapista e osteopata federale.

In completa continuità con queste due figure ha anche operato il nutrizionista. I contatti e le visite con gli atleti sono stati sufficientemente regolari e, dopo le consuete valutazioni, attraverso l'emissione di schede personalizzate, ogni atleta ha ricevuto le corrette informazioni sul proprio stato nutrizionale e le dovute indicazioni sul programma alimentare personalizzato, comprese le eventuali e necessarie integrazioni.



Purtroppo per oggettivi problemi organizzativi, non è stato possibile completare il programma cominciato nell'inverno scorso di Valutazione Funzionale in convenzione con un istituto universitario. Tale progetto, forte dell'esperienza maturata, esteso alle categorie giovanili (Junior e Under), riprenderà nel prossimo mese di ottobre, con un rinnovato piano di interventi.

Quest'anno, e in particolar modo nel periodo di specifico riferimento (quello agonistico), in misura nettamente superiore rispetto al passato, è stato strutturato un servizio di supporto tecnologico. Servizio che altre nazioni hanno già sviluppato e utilizzano regolarmente da anni e che, certamente in futuro assumerà sempre più importanza e centralità nel controllo dell'allenamento e delle prestazioni.

Con la piena funzionalità del sistema Ferrari - consegnato all'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del Coni nel mese di luglio e già in uso alla Federazione - anche la FICK potrà disporre di un'attrezzatura dedicata ed efficiente. Tuttavia, in attesa che questa complessa strumentazione sia ulteriormente implementata per renderne ancora più immediato l'utilizzo, sono state utilizzate altre strumentazioni meno sofisticate ma più fruibili, come il Catapult. In previsione dell'uso del Sistema Ferrari, ma soprattutto per sfruttare al meglio le attrezzature di cui sopra, le squadre hanno avuto la disponibilità di un esperto. La consulenza ha permesso di indagare nel dettaglio i diversi aspetti biomeccanici della pagaiata, sia in allenamento che in gara. Inoltre, l'immediata rielaborazione dei dati scaricati ha costituito un importante feed-back disponibile subito dopo le prestazioni in allenamento e/o in gara. Di ogni gara svolta dai nostri equipaggi sono stati acquisiti i filmati e, grazie alle potenzialità delle strumentazioni, gli stessi sono sincronizzati con le rilevazioni accelerometriche.

Organizzazione Logistica, Materiali e Trasporti

Tutta la parte organizzativa che ha permesso la riuscita di ogni attività programmata e la partecipazione alle gare del programma pianificato, che numericamente non ha eguali nel passato, è stata seguita dalla segreteria federale ed in particolare dai tre uffici appositamente coinvolti: il Settore tecnico, che ha consentito la messa in atto dei programmi relativi alle attività in ambito nazionale (raduni e gare indicative e di selezione); Il Settore Tecnico Internazionale, che ha gestito tutti gli aspetti connessi alle trasferte del calendario internazionale, comprese iscrizioni, viaggi e problematiche relazionali con le istituzioni estere; il Centro federale, che ha, insieme ai Tecnici federali, disposto le specifiche dei trasporti delle imbarcazioni, oltretutto la fruibilità e la funzionalità del Centro di Castel Gandolfo e in particolare quella dei materiali nautici, attrezzi e infrastrutture, nonché l'organizzazione di ben 3 gare o gare test nazionali, 2 delle quali anche Campionati italiani.

A conclusione di una delle stagioni più impegnative, il servizio fornito nel suo complesso è stato funzionale e adeguato ai bisogni.

Tutte le richieste di materiali (barche e attrezzature) sono state tempestivamente e pienamente soddisfatte.

ANALISI GENERALE DEI RISULTATI

Partendo dalla considerazione che come spesso accade la paternità dei successi è sempre rivendicata da molti, anche se in un contesto come il nostro, più correttamente e realisticamente, sarebbe meglio dividerla, e che invece quella degli insuccessi è quasi sempre ignota o sconosciuta da tutti, proprio per non sfuggire alle mie responsabilità, seppur parzialmente e sinteticamente, questa nota di carattere generale prescindendo da valutazioni tecniche dettagliate, che saranno presentate in altra sede, introduce le analisi e le riflessioni che sempre dovrebbero chiudere un'attività e un ciclo di lavoro temporalmente e formalmente definita e che nello specifico si è conclusa con i Mondiali di Milano.



Nel corso dell'intera stagione la nostra Rappresentativa senior rispetto agli anni scorsi ha registrato un trend di crescita importante: nelle due gare di Coppa del Mondo complessivamente ha raggiunto 18 finali (un primo posto, due secondi e un terzo); nei Campionati Europei di Racice 10 finali (1 argento e 2 bronzi); nei Giochi Europei di Baku 4 Finali, ai mondiali di Milano 6 finali.

In riferimento all'obiettivo principale della stagione - le qualificazioni olimpiche - a livello maschile, considerando ancora da definire la qualifica del K2 1000 maschile, il risultato regge il confronto rispetto alle migliori e precedenti analoghe gare mondiali di qualificazione olimpica. I risultati, soprattutto se rapportati all'impegno federale e più in generale a quello di tutti gli affiliati coinvolti (compresi gli Enti civili e militari), sebbene sostanzialmente e ragionevolmente in linea con le aspettative e il potenziale, non soddisfano. Le motivazioni di tale situazione hanno cause molteplici, ma essenzialmente vanno ricercate in due aspetti fondamentali:

1. **Insufficiente numero di atleti di alto livello in grado di coprire adeguatamente ed in modo competitivo tutte le barche del programma olimpico. Aspetto consequenziale anche all'indisponibilità totale o parziale di alcuni atleti/e sia per cause di forza maggiore (medico sanitarie) che, in alcuni casi, per l'abbandono del percorso selettivo e/o partecipativo, prima ancora che fosse effettivamente concluso.**
2. **Accresciuto numero dei competitors internazionali e del livello tecnico con un sistema di qualifica olimpico molto più selettivo rispetto al passato e, soprattutto, penalizzante le nazioni europee.**

Questo il dettaglio delle prestazioni delle barche del programma olimpico suddiviso nei tre settori.

Kayak Maschile

Il probabile recupero della qualificazione del K2 1000m, ove fosse riconosciuto in punta di diritto (il Sistema di Qualifica Olimpica chiaro per noi e altre nazioni, al momento è stato interpretato e applicato diversamente dall'ICF) sarebbe già un risultato positivo. Ovviamente la logica e la lettura dei criteri di qualifica avrebbe consigliato di concentrare attenzioni e sforzi sul K4 1000 m (Milano rappresentava l'unica possibilità per qualificarlo) ma nonostante l'elevato numero di atleti coinvolti inizialmente, la disponibilità finale per le ragioni sopraesposte si è ridotta notevolmente con la conseguenza che nel programma 1000 m sono stati schierati solo i migliori 4 atleti del percorso selettivo.

Nel settore 200m, ancora in crescita rispetto agli anni scorsi, per la provenienza societaria (non da corpi militari o civili) di tutti i componenti il gruppo dei migliori, il percorso di partecipazione ai raduni è stato meno rigido di quello dei "millisti" - considerazione che può avere una chiave di lettura capace di spiegarne la crescita ma anche la mancata qualificazione. I risultati mostrano che le due barche presentate sono state comunque competitive. Rispetto alle stagioni precedenti, la cura dei particolari è stata superiore, come ad esempio l'uso frequente in allenamento del sistema automatico di partenza, ma ancora evidentemente tutto ciò non è bastato. Soprattutto il K2 necessita di un ulteriore sviluppo dell'insieme: le migliori barche sono quelle che hanno un margine di superiorità tale da consentire un recupero anche di piccoli errori e il loro funzionamento è simile a quello di una barca singola, con una capacità di reazione e correzione veramente unisona.

Canoa Canadese

Sebbene anche questo settore sia in netta crescita, l'esito dei risultati non è soddisfacente. Nel C1 200 volutamente non è stato schierato un atleta "eleggibile" per la partecipazione ai Giochi, infatti si è ritenuto, con valutazioni oggettive, che al momento la Rappresentativa, anche per l'abbandono del miglior duecentista



espresso dalle società negli ultimi anni, non disponesse di un rappresentante in grado realmente di avvicinare la qualifica. Nelle altre 2 gare del programma, il C1 e il C2 1000m, la barca che più ha avvicinato l'obiettivo è stata il C2, posizionandosi a circa 2" dalla qualifica. La relativamente recente composizione e l'età dei due atleti pone in evidenza un'area di crescita e miglioramento tale da chiudere il gap anche entro il prossimo mese di maggio per le qualifiche continentali.

Il giudizio sul C1 1000m non può che essere sospeso. Resta comunque il rimpianto, ancora una volta per problemi oggettivi, di non aver potuto verificare le potenzialità del giovane rappresentante schierato nel C1 500 m.

Nella gara femminile, settore ancora work in progress, la partecipazione è stata in linea con le aspettative.

Un'analisi dell'intero settore sia numerica che qualitativa, comunque suggerisce nell'immediato la riadozione di un progetto di sviluppo ad-hoc, sia a livello maschile che femminile.

Kayak Femminile

Sicuramente i risultati sono la dimostrazione delle difficoltà in cui questo settore ormai da anni versa. Alla reale carenza di atlete di buon livello internazionale nelle barche e distanze olimpiche, la nostra partecipazione, oltretutto menomata dalla presenza dell'unica canoista in grado di conquistare una finale nelle gare del programma olimpico ai Campionati Europei di Racice, è stata strategicamente non conforme al sistema delle qualifiche olimpiche. La constatazione di tale assoluta mancanza di risultati presuppone una presa d'atto tale da porre in essere immediate contromisure capaci di invertire la tendenza sia nel breve termine (ottimizzando la preparazione e la partecipazione delle nostre migliori ragazze per le prove di qualifica continentale - Duisburg 18 maggio 2016), che in una prospettiva di più ampio respiro, attraverso l'adozione di un progetto speciale.

CONCLUSIONI

Prescindendo dai risultati junior e under - settori in netta crescita soprattutto nel Kayak maschile e nella Canoa Canadese, meno nelle donne, e che, come detto, prossimamente verranno ampiamente trattati - in questa stagione, rispetto a quelle che l'hanno preceduta, in ambito assoluto (senior) non può che essere riscontrato un significativo miglioramento, sia in chiave europea (Campionati di Racice e Giochi di Baku) che mondiale. Un lieve passo in avanti, evidente anche nella gara più impegnativa ed importante della stagione, i Mondiali di Milano, dove si è registrato un incremento di finali conquistate (da 1 del 2014, si è passati a 6) e 4 barche del programma olimpico nelle prime 10 posizioni (3 nelle prime 7) delle Ranking list stilate dopo le rispettive semifinali (K2 1000m, K1 200m, K2 200m e C2 1000m).

Preso atto che dal 16 al 18 Maggio a Duisburg ci sarà l'ultima chiamata per i Giochi Olimpici e considerato che le nostre migliori barche di fatto sono posizionate in zona qualifica, le attività delle Squadre dovranno riprendere immediatamente e comunque non oltre i primissimi giorni di ottobre. Lo spirito e la forma mentis che ci dovrà accompagnare in questo breve ma intenso percorso, sia in fase di programmazione che di attuazione, dovrà caratterizzarsi per determinazione, razionalità e attenzione: aspetti tutti necessari per affrontare l'intera stagione in modo ottimale a cominciare dal preliminare e fondamentale appuntamento, quello di ottenere il lasciapassare per Rio De Janeiro.

Andrea Argiolas