

Alessandro Ventriglia

PROGETTO CANOA CANADESE: ANALISI DEI RISULTATI.

Il presente articolo è una sintesi del Project Work sostenuto presso la Scuola dello Sport di Roma, dall'autore, il 3 Dicembre 2012, come atto conclusivo del 12° Corso Nazionale CONI per Tecnico di Quarto Livello Europeo (Supervisore: Angelo Altieri).

ABSTRACT

Questo project work ha come finalità l'analisi degli effetti del progetto Canoa canadese in termini di crescita numerica e qualitativa degli atleti impegnati in questa disciplina sportiva in Italia.

L'elaborato vuole rendere fruibili tutta la serie di dati che hanno caratterizzato il percorso di crescita riferito al quadriennio 2009-2012 del settore Canoa Canadese italiano, descrivendone la tempistica e l'entità delle strategie proposte. Articolate e suddivise come interventi organizzativi, promozionali, strutturali, tecnici e metodologici.

La realizzazione di questo lavoro è stata possibile attraverso il monitoraggio e la conseguente elaborazione statistica di tutti i risultati scaturiti di ogni singola variabile sulla quale le opere di intervento hanno agito, orientandone gli sviluppi.

La conclusione mostra che unità di intenti, e coordinata sinergia tra federazione, società e tecnici, ha generato tutta una serie di fattori che hanno innescato processi di crescita, culturale, numerica e prestativa degli atleti e dell'intero movimento a livello nazionale ed internazionale cogliendo tutti gli obiettivi preposti alla nascita del progetto.

INTRODUZIONE

La mia esperienza con questo sport inizia all'età di 14 anni quando, osservando il lago di Sabaudia, rimasi affascinato da queste imbarcazioni che solcavano l'acqua con un equilibrio perfetto di potenza ed eleganza. La società delle Fiamme Oro mi ha accolto fin dall'inizio della mia carriera di atleta e quando poi è nato in me il desiderio di trasmettere alle nuove leve la mia esperienza, mi ha fornito gli strumenti e l'ambiente idoneo per realizzare questo mio progetto.

LA CANOA CANADESE

La Canoa Canadese Velocità è stata definita dal punto di vista fisiologico e biomeccanico, come "attività ad impegno aerobico-anaerobico massivo" (Dal Monte, 1977).

La canoa canadese è una disciplina sportiva caratterizzata da un gesto tecnico ciclico asimmetrico, il termine di questo movimento si chiama pagaiata, infatti tutti gli atleti pagaiano solo da un lato (destra o sinistra) stando all'interno dell'imbarcazione in ginocchio, il mantenimento di questa particolare posizione richiede notevoli doti di equilibrio sia statico che dinamico.

La canoa canadese in Italia ha avuto una grande tradizione a partire dalle lontane Olimpiadi di Roma nel 1960 raggiungendo un strepitoso podio d'argento sulla distanza dei 1000mt nell'imbarcazione biposto C2.

Le imbarcazioni utilizzate nelle competizioni sportive sono:

- il C1, canoa monoposto, la cui lunghezza è 5,20 metri e il peso 16kg;
- il C2, canoa biposto, su cui salgono due atleti complementari, un destro e un sinistro, le cui misure sono lunghezza 6,50 metri e peso 20kg;

- il C4, condotto da quattro atleti, due destri e due sinistri, che raggiunge la lunghezza di 9 metri e il peso di 30kg. Quest'ultima imbarcazione, a differenza delle precedenti, non è riconosciuta come imbarcazione del programma olimpico.

Il materiale utilizzato per la costruzione di queste imbarcazioni è la fibra di carbonio, caratterizzata dalla elevata rigidità e leggerezza.

Lo spostamento in acqua avviene tramite la pagaia, costituita da tre parti: il manichetto superiore, che l'atleta afferra con una mano; il tubo flessibile, che viene impugnato con l'altra mano, e la pala, che viene immersa in acqua.

Il canoista canadese può impugnare la pagaia come “destro” quando l'azione propulsiva si svolge sul lato destro della canoa, quando viceversa effettua la fase propulsiva sul lato sinistro, l'impugnatura della pagaia sarà orientata a favore di tale bordo ed il canoista verrà considerato “sinistro”.

Le distanze su cui si realizzano le competizioni sportive a livello olimpico sono:

- 200 metri, distanza su cui si esprimono al meglio gli atleti cosiddetti “velocisti” e che prevede l'utilizzo solo dell'imbarcazione singola (C1); è una gara definita totalmente anaerobica, di potenza lattacida, che necessita di una partenza folgorante, di altissima frequenza di pagaiata anche a discapito del gesto tecnico, inoltre è indispensabile il colpo di remi sulla linea del traguardo;

- 1000 metri, distanza definita mezzofondo veloce, a cui possono partecipare le imbarcazioni singole e doppie (C1 e C2). È una distanza che prevede il 60% di prestazione di tipo aerobico e il 40% di tipo anaerobico. Necessita di un elevato mantenimento di potenza meccanica e di un'ottima potenza aerobica, ma anche una buona resistenza lattacida.

Oltre a queste distanze, a livello europeo e mondiale, si gareggia anche sui 500 metri, gara che è per il 60% anaerobica e il 40% aerobica, con un rendimento (rapporto tra lavoro meccanico e costo energetico) del 12% - 14%, necessitano del mantenimento di un elevato livello di potenza meccanica in tutto il percorso, limitando al minimo la diminuzione di forza applicata che avviene soprattutto negli ultimi 200 m (Colli et al., 1990). In questa distanza si gareggia oltre che sulla barca singola anche sulle barche multiple.

- 5000 metri, nominata gara di fondo, prevalentemente aerobica; sono previste gare su questa distanza anche per le imbarcazioni multiple C2 e C4, ma solo a livello nazionale, mentre nelle competizioni a livello mondiale e europeo si gareggia solo con il C1. In queste competizioni si usano le stesse barche delle gare di velocità, il percorso è caratterizzato da circa tre giri di boa, si possono sfruttare le scie delle altre imbarcazioni e bisogna stare attenti a non scontrarsi con gli altri equipaggi per non andare incontro a sanzioni di squalifica

Un'altra distanza prevista in alcune competizioni a livello nazionale e mondiale è la cosiddetta “maratona”, che prevede un tragitto di circa 25 km per la categoria Senior (C1-C2), circa 21 km per la categoria Under 23 (C1), circa 17 km per la categoria Junior (C1-C2). Questa è una gara totalmente aerobica, necessita di una certa regolarità di percorrenza, ottenibile con ripetuti allenamenti di sensibilizzazione al ritmo gara. Le condizioni ambientali nelle quali vengono svolte spesso le gare, presuppongono un'esperienza specifica di allenamento in condizioni ambientali difficili come vento laterale o frontale, onde o correnti (Guazzini, 2000). È indispensabile abilità di scie, di giri di boa, lungo il percorso sono presenti i così detti “trasbordi”, ossia tratti da percorrere a piedi di corsa trasportando la propria imbarcazione a mano. In questa competizione si usano delle barche differenti dalle gare sprint ossia sono predisposte di un meccanismo per svuotare

automaticamente le imbarcazioni mentre gareggiano, la barca singola a un peso complessivo di 10 kg e la barca doppia 14 kg. Su questa tipologia di disciplina tutti gli atleti, obbligatoriamente solo in ambito Italiano, devono indossare durante la competizione il giubbino di salvataggio

Questa disciplina sportiva è caratterizzata dalle seguenti categorie di atleti:

Allievi (dai 10 ai 11 anni)

Cadetti A (12 anni)

Cadetti B (13 anni)

Ragazzi (dai 14 ai 16 anni)

Junior (dai 16 ai 18 anni)

Under 23(dai 18 ai 23 anni)

Senior (dai 23 in su)

Questo significa che i bambini possono avvicinarsi a questo sport a partire dai 10 anni , anche se fino a qualche anno fa non potevano essere ammessi alle gare prima dei 14 anni. Ma dal 2008 un accordo con la Federazione nell'ammissione alle competizioni delle categorie Allievi (sulla distanza 200 m), Cadetti A e Cadetti B (sulle distanze 200m e 2000 m) ha permesso di innalzare il livello di preparazione degli atleti più giovani.

Il regolamento della FICK prevede che i ragazzi delle categorie Allievi e Cadetti A impieghino un'imbarcazione chiamata "canoa scuola", caratterizzata dalla maggiore stabilità in acqua e maneggevolezza, i Cadetti B invece utilizzano già una barca olimpica.

La Canoa canadese è stata per moltissimo tempo considerata uno sport prettamente maschile, ma dal 1° Gennaio 2010 ha aperto le porte anche al mondo femminile, al punto che alle Olimpiadi di Rio de Janeiro (Brasile 2016) parteciperanno a titolo dimostrativo sui 500 m nella barca biposto e sui 200 m l'equipaggio singolo, i primi C1 tutti rosa.

In Italia le società sportive che hanno investito nella Canoa canadese sono, oltre alle Fiamme Oro, la Marina Militare e le società : Accademy, Padova Canoa, Aniene, Mergozzo Club, Canottieri Ghiffa, Polisportiva Verbano, Canottieri Padova, Cus Pavia, Circolo Canoa Castel Gandolfo, Beppe Mazza, Amici del Fiume e Idroscalo club. Tra queste società le Fiamme Oro e la Marina Militare rappresentano quelle col maggior numero di atleti di importanza nazionale ed essendo gruppi militari offrono ai loro tesserati la possibilità, una volta arruolati, di poter portare avanti l'esperienza sportiva senza il problema di dover conciliare lavoro ed allenamenti.

Al di fuori del territorio italiano la nazione europea in cui la Canoa canadese è più diffusa è l'Ungheria che vanta un'antica tradizione di campioni e traguardi nelle gare olimpiche, seguita poi dalla Russia, Bielorussia, Germania, Ucraina, Repubblica Ceca, Romania, Polonia e Moldavia.

In queste nazioni l'attività canoistica viene considerata alla stregua di sport nazionale, un po' come il calcio in Italia, e vengono investiti denaro e risorse per diffondere tra i giovani questa disciplina.

Nel nostro paese invece gli sport acquatici sono decisamente poco praticati dai ragazzi e, nel caso specifico degli sport remieri, la scarsa diffusione di centri di addestramento non permette di portarli

a conoscenza della maggior parte della popolazione giovanile, se non nelle zone in cui sono presenti laghi e bacini artificiali in cui si svolgono gli allenamenti.

Nello specifico poi della disciplina canoistica, la canoa canadese è stata sempre numericamente meno rappresentativa del kayak, che dal canto suo ha attratto un maggior numero di neofiti nel periodo in cui canoisti italiani ci hanno ben rappresentato alle Olimpiadi (vedi Antonio Rossi Barcellona 1992, Atlanta 1996, Sidney 2000, Atene 2004 e Pechino 2008).

LE PRIME USCITE IN BARCA

Nella prima fase di preparazione si deve affrontare il problema di capire se il giovane atleta è predisposto ad essere destro o sinistro, questione non semplice perché il lato di pagaia si individua dopo varie osservazioni sulla capacità di mantenere l'equilibrio e di imprimere la forza sulla pagaia.

A differenza di quello che si potrebbe pensare, gran parte della preparazione iniziale non si svolge in acqua aperta, ma utilizzando la cosiddetta vasca voga, una sorta di piscina al coperto con delle postazioni fisse che permettono agli atleti di perfezionare il gesto tecnico e migliorare la potenza fisica, il pagaierometro, un simulatore di pagaia, e poi si passa alle prove sul pontile.

Solo dopo aver acquisito una buona conoscenza del gesto tecnico e aver dimostrato capacità propriocettive e di equilibrio sufficienti si può passare agli allenamenti in acqua.

Le prime uscite vengono organizzate su barche multiple, C2 e C4, per permettere di prendere confidenza con l'acqua libera, dopo di che si passa agli allenamenti sull'imbarcazione singola che richiedono una maggiore capacità di mantenere l'equilibrio, per poi passare a un lavoro di perfezionamento del gesto tecnico e della capacità di mantenere la traiettoria della barca.

Le sessioni di lavoro vengono organizzate in cicli settimanali, inizialmente i ragazzi si allenano 3 volte a settimana per poi svolgere programmi di allenamento più intensi arrivando fino a 5 uscite settimanali.

METODOLOGIA D' ALLENAMENTO

Il programma di allenamento è diversificato in base alle età, abilità e caratteristiche fisiche e psichiche degli atleti.

Come abbiamo già visto gli atleti delle categorie Allievi e Cadetti svolgono un'attività prevalentemente ludica, senza una vera e propria programmazione, con la finalità di sviluppare le capacità propriocettive e coordinative motorie, di stimolare la familiarizzazione con ambiente e di individuare il "lato della pagaia". Le sedute di allenamento comprendono un ciclo di esercizi specifici a terra per lo sviluppo delle abilità coordinativo-motorie, stretching, un ciclo di tecnica in vasca voga o sul pontile, un ciclo di attività prevalentemente aerobica in barca singola e/o barca multipla.

A partire dalla categoria Ragazzi, l'allenamento è finalizzato al miglioramento delle capacità coordinative e al potenziamento del lavoro in canoa attraverso l'utilizzo di allenamenti specifici e aspecifici della capacità aerobica. L'attenzione viene posta sul perfezionamento del gesto tecnico affinché raggiunga livelli sufficienti di abilità ed efficacia tecnica sia a basse frequenze che a medio-alte, fondamentali per raggiungere livelli di prestazione idonei sulle distanze gara previste sui 200 m, 500 m e 1000 m, in barca singola che in barca multipla.

Il gruppo degli atleti Junior inizia ad essere sottoposto a programmi di allenamento più impegnativi,

visto che deve partecipare anche a gare di livello internazionale. Viene così sviluppata in questa fase la potenza aerobica e vengono svolti i primi lavori di capacità lattacida. L'intera programmazione è sviluppata su tre fasi:

1) la prima parte dedicata al condizionamento generale e all'aerobico specifico, viene eseguita nella fase preparatoria invernale, ossia lontano dalle competizioni, mantenendo ritmi medio-bassi (2-3 mmol/l) di resistenza aerobica; questo lavoro in canoa è fondamentale per creare i presupposti morfologici-funzionali, mantenendo l'attenzione sempre al gesto tecnico per il maggior scivolamento col minor dispendio energetico "efficacia tecnica". Gli allenamenti in barca vengono integrati con la corsa, il nuoto e la bike che garantiscono un ulteriore sviluppo delle caratteristiche aerobiche

2) Fase Specifica-Precompetitiva, in questa fase vengono svolti gli allenamenti esclusivamente sulla potenza aerobica con test sulla massima espressione della potenza aerobica sub-massimale (es. 1x2000 m-2x1000 m) questa parte della programmazione viene eseguita precedentemente al macrociclo competitivo.

3) Competitiva, macrociclo finalizzato all'appuntamento più importante della stagione, competizioni internazionali (campionato Europeo e Mondiale). In questa fase importantissima della preparazione viene suddiviso il lavoro in tre/due settimane di carico con una settimana di scarico. I cicli di lavoro vengono organizzati, miscelando sedute sulla capacità lattacida, resistenza alla velocità, allenamenti di potenza aerobica, test sulla distanza gara e momenti di recupero aerobico.

I modelli di allenamento sopra descritti vengono proposti sia in barca singola che in equipaggi multipli, tutto questo per far sì che l'atleta mantenga sempre uno standard di preparazione competitivo.

Under 23 e Senior svolgono la stessa tipologia di programmazione, essendo atleti che si suppone abbiano raggiunto livelli di maturazione fisiologica, psichica e tecnica di medio alto livello. L'intera pianificazione viene svolta in funzione dell'obiettivo più importante della stagione e di altri due o tre obiettivi intermedi. Quindi l'intero planning viene suddiviso in due fasi e quattro sub-fasi preparatorie.

1- Fase preparatoria: gli obiettivi sono la preparazione atletica generale e specifica, lo sviluppo delle abilità biomotorie e perfezionamento della tecnica.

a) sub-fase preparatoria generale: l'enfasi è sul raggiungimento di un elevato livello di performance fisica in modo da facilitare l'allenamento futuro. Lo sviluppo della capacità di lavoro, della preparazione fisica generale, interventi sugli elementi tecnici sono le priorità di questo periodo. Il carico di lavoro sarà voluminoso sia in elementi generali sia in elementi specifici.

b) sub-fase preparatoria speciale: vi è una transizione verso la fase competitiva e sebbene gli obiettivi siano gli stessi del periodo generale, i mezzi allenanti divengono più specifici e di maggiore intensità, in particolar modo verso la fine quando il volume del carico di lavoro inizia a diminuire. L'attenzione verte sugli elementi tecnico/tattici e sulla specificità degli esercizi impiegati. In questa sub-fase gli atleti dovrebbero gradualmente migliorare la loro performance.

2- Fase competitiva: si persegue il raggiungimento del più alto livello di preparazione delle abilità biomotorie specifiche e il perfezionamento degli elementi tecnico/tattici, mantenendo la condizione fisica generale. Il volume rimane pressoché invariato fino alla sub-fase competitiva. In questo periodo le prestazioni dovrebbero essere in continuo miglioramento. Nello specifico:

a) sub-fase pre-competitiva è costituita da competizioni e test gara, al fine di determinare la reale preparazione dell'atleta ed eventualmente apportare modifiche all'allenamento per massimizzare la prestazione in vista delle competizioni principali;

b) sub-fase competitiva è caratterizzata da due macrocicli alternati da fasi di scarico in modo da mantenere la preparazione fisica e facilitare il picco della prestazione. L'elemento che maggiormente è ridotto nei microcicli di scarico è la frequenza delle sedute di allenamento. L'intensità degli allenamenti raggiunge il picco due, tre settimane prima della gara più importante, per poi ridursi gradualmente.

In funzione del metodo applicato diventa di fondamentale importanza individuare mezzi e intensità di lavoro e la loro collocazione all'interno dell'organizzazione del piano di allenamento (Cannone, 2011).

PROGETTO SVILUPPO CANOA CANADESE

L'insieme delle strategie atte alla riorganizzazione della disciplina in questione è stato denominato "Progetto Speciale Canoa canadese" che nasce nel 2008 ad opera della F.I.C.K., la quale affida il coordinamento e la realizzazione a un gruppo di tecnici del settore. L'obiettivo è quello di diffondere la conoscenza di questa disciplina sportiva e incrementare da un punto di vista quantitativo e qualitativo la preparazione degli atleti.

I tecnici che per primi hanno creduto in questo progetto sono stati Antonio Domenico Cannone, responsabile del settore federale, Marco Mittino, allenatore della società Mergozzo Club e collaboratore federale, il sottoscritto Alessandro Ventriglia, allenatore nel Gruppo Sportivo Fiamme Oro e collaboratore federale e Andea Bedin, tecnico referente per la regione Veneto.

Successivamente si è cercata la collaborazione dei tecnici delle società a cui appartenevano gli atleti di interesse nazionale.

La Federazione Italiana Canoa Kayak ha dato il suo pieno appoggio a questo progetto, fornendo materiale logistico e imbarcazioni.

Medesimo entusiasmo è stato dimostrato da tutte le società che già avevano manifestato interesse per questo tipo di disciplina sportiva.

La prima azione proposta e svolta dai referenti del progetto è stata quella di creare i Centri di Riferimento Tecnico Territoriali (CRTT), con il compito primario di controllo e supporto, svolgendo un'azione di monitoraggio periferico presso le società e garantendo un supporto ai tecnici societari con minore esperienza nel settore.

La Circolare n°49 del 19 maggio 2008 della F.I.C.K. ha stabilito le linee guida del Progetto Sviluppo Canoa canadese e indica gli interventi a favore delle società coinvolte con la finalità di promuovere la crescita e la diffusione di questa specialità.

A partire dal 2009 l'impegno dei Referenti Tecnici è stato quello di sottoporre a test specifici gli atleti delle società aderenti al progetto con la finalità di selezionare per ogni regione il miglior canoista canadese nella sezione giovanile.

I test di screening a cui si è fatto ricorso sono:

- misurazione della massima espressione della potenza aerobica (1x 2000 m);
- valutazione dello sprint (2x 250 m);
- prova di resistenza aspecifica (corsa su un circuito di 5000 m).

Al termine di queste prove si sono selezionati circa 12 atleti da convocare nella squadra nazionale ragazzi-juniores, destinati a partecipare ai raduni federali nel corso dei quali è stato messo a punto un programma di miglioramento della performance, affinamento della tecnica e apprendimento della capacità di lavorare su barche multiple (C2 e C4).

Oltre alla preparazione dei giovani atleti, obiettivo del progetto canoa Canadese è stato sempre quello di promuovere la collaborazione con i tecnici societari e dare loro gli strumenti teorici e pratici per l'avvio a questa disciplina di un numero sempre maggiore di ragazzi.

Analizzando i risultati ottenuti nelle gare, sia su distanza olimpiche che non olimpiche, possiamo dire che una buona percentuale di quei giovani atleti che hanno iniziato a far parte della squadra nazionale nel 2009, in quest'ultimo anno ha raggiunto traguardi importanti a livello internazionale. Il Progetto Canoa Canadese ad oggi è ancora attivo e continua a produrre i suoi risultati in termini di numero di atleti e di risultati sui campi di gara.

Il Progetto Canoa Canadese ha sicuramente permesso una maggiore diffusione della conoscenza di questa disciplina sportiva tra le società italiane, tant'è che dall'anno 2009 ad oggi i gruppi sportivi che vedono tra i propri atleti canoisti canadesi sono passati da 37 a circa 50 nel 2012 (la classifica definitiva ufficiale del 2012 non è ancora disponibile).

Il riepilogo del medagliere internazionale evidenzia che in questo quadriennio 2009-2012 la categoria che ha ottenuto i migliori piazzamenti è il settore Junior, che infatti ha ottenuto una medaglia d'argento ai Campionati Mondiali di Mosca 2009 con il C4 maschile 500 m, mentre ai Campionati Europei di Mosca 2010 ha portato a casa due podi, un secondo posto con il C1 femminile 200 m e il C2 maschile 200 m (vedi allegato 1).

Dall'analisi dei risultati nelle competizioni internazionali (Campionati europei, mondiali e olimpiadi) si osserva come i migliori piazzamenti degli equipaggi italiani vengono ottenuti sulle distanze non olimpiche (C1e C2 500 m, C4 1000 m e 200 m, ecc.) in quanto si preferisce distribuire su un più ampio numero di gare gli atleti a disposizione per avere maggiori possibilità di ottenere piazzamenti da medaglia (vedi allegato 2).

Il numero di atleti partecipanti ai campionati italiani in questo quadriennio è rimasto pressoché stazionario nelle categorie Senior, Under 23 e Junior, mentre si è potuto osservare un apprezzabile aumento nella categoria Ragazzi che fa ben sperare per la creazione di un vivaio a cui attingere per la formazione degli atleti di alto livello del nostro futuro (vedi allegato 3).

Un altro dato importante ci viene dal numero di partecipanti al cosiddetto Meeting delle Regioni, evento clou della stagione agonistica giovanile a livello nazionale, nel corso del quale si scontrano gli equipaggi più competitivi per ogni regione partecipante. Nel quadriennio analizzato il numero dei giovani atleti impegnati è rimasto costante a testimonianza dell'impegno delle società a promuovere la diffusione di questo sport tra i più giovani (vedi allegato 4).

Se si osservano i risultati ottenuti ai campionati europei sulle distanze olimpiche si osserva come negli ultimi anni la nazionale italiana è riuscita a passare da un settimo posto nel 2011 ad un quarto posto nel 2012 (vedi allegato 5).

Questa raccolta dati ha come finalità di fornire strumenti utili ai tecnici federali che possono valutare la competitività dei loro equipaggi rispetto a quelli delle altre nazioni, mentre i tecnici societari possono ricavarne indicazioni su quali distanze ed equipaggi investire maggiormente le energie per ottenere i migliori risultati a livello nazionale ed internazionale.

Nonostante i buoni piazzamenti ottenuti nelle competizioni internazionali non siamo riusciti a qualificare nessun equipaggio per la partecipazione ai giochi olimpici, che rimangono comunque l'obbiettivo più ambito per chiunque pratichi sport ad alto livello agonistico.

Il criterio di qualificazione olimpico, stabilito dall'ICF prevede due momenti di qualificazione, il primo si svolge nell'anno precedente ai giochi olimpici durante l'appuntamento più importante, quale il Campionato del Mondo e il secondo durante la gara di ripescaggio continentale.

E' organizzato secondo una serie di criteri ordinati dall'ICF in relazione alle indicazioni del comitato olimpico internazionale.

Le quote imbarcazioni totali per la partecipazione olimpica sono:

- 13 Imbarcazioni tipo C1 200 m;
- 13 Imbarcazioni tipo C1 1000 m, di cui un posto alla nazione ospitante;
- 12 Imbarcazioni tipo C2 1000 m.

Le quote disponibili a livello europeo durante la prima fase di qualificazione olimpica, che si è svolta al mondiale 2011 sono:

- 7 Imbarcazioni tipo C1 200 m;
- 6 Imbarcazioni tipo C1 1000 m, di cui un posto alla nazione ospitante;
- 7 Imbarcazioni tipo C2 1000 m, di cui uno extra europeo.

I criteri di ripescaggio continentale prevedono per gli equipaggi europei:

- 2 imbarcazioni tipo C1 200 m;
- 2 imbarcazioni tipo C1 1000 m;
- 1 imbarcazioni tipo C2 1000 m.

CONCLUSIONI

In considerazione del fatto che le squadre nazionali delle varie categorie (Junior, Under 23, Senior) sono espressioni di una nazione che anche nelle manifestazioni sportive rappresentano il proprio paese, esse devono essere necessariamente costituite da atleti qualificati.

Pertanto gli azzurri convocati nelle massime competizioni internazionali (Europei, Mondiali, Giochi olimpici) non possono non esprimere una prestazione che garantisca loro per ovvi motivi almeno la possibilità di accedere alla finale.

Dai dati raccolti ed evidenziati in questo lavoro di ricerca risulta un precedente mai raggiunto nei quadrienni passati fin dall'origine di questa specialità (1958 inizio del primo Campionato italiano Canoa canadese) tenendo conto delle presenze in finale degli equipaggi italiani e soprattutto dalle medaglie conquistate nelle varie categorie della Canoa canadese.

Per migliorare il livello delle squadre nazionali di questa specialità servirà nel futuro porre la massima attenzione sia al componimento dal punto di vista qualitativo e quindi della prestazione degli equipaggi e tenere molto in considerazione la partecipazione di almeno un numero sufficiente di atleti per formare le barche multiple.

Solo in questo modo sarà possibile incrementare la presenza delle barche azzurre nelle finali internazionali per cogliere maggiori occasioni di conseguire risultati di vertice (podio).

Bibliografia

Cannone D.A. (2011) Organizzazione, pianificazione e quantificazione dei processi e mezzi d'allenamento della canoa canadese velocità 1000 – 500 m, Nuova Canoa Ricerca, FICK,75: 3-35.

Colli R., Faccini P., Schermi C., Introini E., Dal Monte A. (1990) Valutazione funzionale ed allenamento del canoista, SdS, 18.

Dal Monte A. (1977) Fisiologia e Medicina dello Sport, Sansoni Editore, Firenze.

Guazzini M. (2000) L'allenamento del Canoista Evoluto, Nuovi Orientamenti, Edizioni Pegaso, Firenze.

Siti internet

<http://www.federcanoa.it>

Articolo rivisto e corretto a cura del Comitato di Redazione della Rivista Canoa Kayak on-line, Centro Studi FICK.

ALLEGATO 1 - RIEPILOGO MEDAGLIERE E PIAZZAMENTI IN CAMPIONATI DEL MONDO E CAMPIONATI EUROPEI - QUADRIENNIO 2009/2012

PARTECIPAZIONI EQUIPAGGI GARA													Finali % raggiunti per categoria
PIAZZAMENTI IN FINALE ESCLUSE MEDAGLIE										C1	C2	C4	
MEDAGLIE			4°	5°	6°	7°	8°	9°					
	OR O	AR G	BR O										
SENIOR			1	1	1		2	1	2	10	9		42,1%
UNDER 23				1		2		1	1	7	6		38,5%
JUNIOR		2	1	1	3	6	4	2	2	16	14	5	58,80%
TOTALE PARZIALE	0	2	2	3	4	8	6	4	5	33	29	5	50%
TOTALE GENERALE	4			30					67				
				34 equipaggi finalisti					equipaggi gara				

ALLEGATO 2 - RIEPILOGO PARTECIPAZIONI A CAMPIONATI EUROPEI, MONDIALI E OLIMPIADI, PIAZZAMENTI IN FINALE IN PERCENTUALE - QUADRIENNIO 2009/2012

CANOA CANADESE FEMMINILE

GARE NON OLIMPICHE

GARE OLIMPICHE

	C1	C2	C1	C4	C1	C2	C4	C2	C4	4x	C1	C1	C2	C1	C2
	100	100	20	100	500	500	50	200	20	20	500	20	20	50	50
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
SENIOR															
2009 Campionati Europei Brandenburg GER	0	1	1	0	0	1		0	0	0					
2009 Campionati Mondiali Dartmouth CAN	0	0	0	0	0	0		0	0	0		0	0	0	0
2010 Campionati Europei Trasona ESP	0	0	0	0	0	0		0			0	0			
2010 Campionati Mondiali Poznan POL	0	0	1	0	1	0		0		0	0	0			0
2011 Campionati Europei Beograd SRB	0	1	1	0	1	1		0			0	0			0
2011 Campionati Mondiali Szeged HUN	0	1	0	0	1	1		0		0	1	0			0
2012 Campionati Europei Zagreb CRO	0	1	1	0	1	1		1			1	0			0
2012 Giochi Olimpici London GBR	0	0	0												
tot. gare in programma nel quadriennio	8	8	8	7	7	7		7	2	4	5	6	1	1	5
numero equipaggi iscritti	0	4	4	0	4	4		1	0	0	2	0	0	0	0
numero equipaggi in finale	0	2	0	0	2	2		1	0	0	1	0	0	0	0
% equipaggi in finale		50%	0%		50%	50%		100%			50%				

ALLEGATO 3 - RIEPILOGO NUMERO PARTECIPANTI AI CAMPIONATI ITALIANI - QUADRIENNIO 2009/2012

CANOA CANADESE FEMMINILE

GARE NON OLIMPICHE

GARE OLIMPICHE

	GARE OLIMPICHE				GARE NON OLIMPICHE								GARE OLIMPICHE				
	C1 100 0	C2 100 0	C1 20 0	tot	C4 100 0	C1 50 0	C2 50 0	C4 50 0	C2 20 0	C4 20 0	tot	C1 20 0	C2 20 0	C1 50 0	C2 500 0	tot	
CATEGORIA SENIOR																	
2009 Campionati Italiani - Milano 29-30 settembre	9	4	12	25	5	12	7	8	9	4	45					0	
2010 Campionati Italiani - Bomba 17-19 settembre	8	6	6	20	6	5	10	8	12	7	48	3		4		7	
2011 Campionati Italiani - Milano 9-11 settembre	7	6	13	26	5	9	12		10	8	44	7	2			9	
2012 Campionati Italiani - Milano 7-9 settembre	8	6	9	23	5	8	9		9	9	40	6	2			8	
tot. Partecipanti nelle specialità	32	22	40		21	34	38	16	40	28		16	4	4	0		
tot. Partecipanti nelle gare	94				177								24				
tot. Generale partecipanti nella categoria	295																

	GARE OLIMPICHE				GARE NON OLIMPICHE								GARE OLIMPICHE				
	C1 100 0	C2 100 0	C1 20 0	tot	C4 100 0	C1 50 0	C2 50 0	C4 50 0	C2 20 0	C4 20 0	tot	C1 20 0	C2 20 0	C1 50 0	C1 100 0	tot	
CATEGORIA UNDER 23																	
2009 Campionati Italiani - Caccamo 12-13 settembre	7	5	12	24	6	7	9	7	6	2	37					0	
2010 Campionati Italiani - Bomba 17-19 settembre	5	4	7	16	3	5	5	5	6	5	29	3		3	3	9	
2011 Campionati Italiani - Milano 9-11 settembre	5	2	9	16	3	10	5		3	4	25	4				4	
2012 Campionati Italiani - Milano 7-9 settembre	5	3	9	17	4	10	5		6	6	31	4	2			6	
tot. Partecipanti nelle specialità	22	14	37		16	32	24	12	21	17		11	2	3	3		
tot. Partecipanti nelle gare	73				122								19				
tot. Generale partecipanti nella categoria	214																

	C1	C2	C1	tot	C4	C1	C2	C4	C2	C4	tot	C1	C2	C1	C1	tot	
	100	100	20		100	50	50	50	20	20		20	20	50	100		
	0	0	0		0	0	0	0	0	0		0	0	0	0		
CATEGORIA JUNIOR																	
2009 Campionati Italiani - Milano 29-30 settembre	12	5		17	8	11	6	7			32					0	
2010 Campionati Italiani - Bomba 17-19 settembre	8	4	12	24	1	8	7	5	6	4	31	2		2	2	6	
2011 Campionati Italiani - Milano 9-11 settembre	5	5	12	22	5	15	5		4	4	33	2				2	
2012 Campionati Italiani - Milano 7-9 settembre	8	1	10	19	4	10	5		3	6	28	2	1			3	
tot. Partecipanti nelle specialità	33	15	34		18	44	23	12	13	14		6	1	2	2		
tot. Partecipanti nelle gare	82				124							11					
tot. Generale partecipanti nella categoria	217																

	C1	C2	C1	tot	C4	C1	C2	C4	C2	C4	tot	C1	C2	C1	C1	tot
	100	100	20		100	50	50	50	20	20		20	20	50	100	
	0	0	0		0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	

CATEGORIA RAGAZZI																	
2009 Campionati Italiani - Caccamo 12-13 settembre	9	4		13	4	7	4	3			18					0	
2010 Campionati Italiani - Bomba 17-19 settembre	9	4	8	21	2	8	4	2	5	1	22	1		1	1	3	
2011 Campionati Italiani - Milano 9-11 settembre	4	4	8	16	3	8	4		3	4	22	1				1	
2012 Campionati Italiani - Milano 7-9 settembre	10	2	11	23	2	14	3		3	2	24	3	2			5	
tot. Partecipanti nelle specialità	32	14	27		11	37	15	5	11	7		5	2	1	1		
tot. Partecipanti nelle gare	73				86							9					
tot. Generale partecipanti nella categoria	168																

TOTALI GENERALI	C1	C2	C1		C4	C1	C2	C4	C2	C4		C1	C2	C1	C2		
	100	100	20		100	50	50	50	20	20		20	20	50	500		
	0	0	0		0	0	0	0	0	0		0	0	0			
tot. gare in programma nel quadriennio	119	65	13		66	14	10	45	85	66		38	9	10	6		
tot. Partecipanti nelle gare	322				509							63					
Partecipazione generale equip. nel quadriennio	892																

ALLEGATO 4 - RIEPILOGO NUMERO PARTECIPANTI AL MEETING DELLE REGIONI - QUADRIENNIO 2009/2012

CANOA CANADESE FEMMINILE

GARE DI VELOCITA'

GARE DI FONDO

	C1 200 0	C2 200 0	tot.	C1 20 0	C2 20 0	C4 20 0	C1+ C2 200	STA FF 3x20 0	tot.	C1 20 0	C2 20 0	C1 200 0	tot.
--	----------------	----------------	------	---------------	---------------	---------------	------------------	------------------------	------	---------------	---------------	----------------	------

CATEGORIA CADETTI B

2009 Meeting delle regioni - Caldonazzo 5-6 settembre	5	5	10	5	6		5		16				0
2010 Meeting delle regioni - Caldonazzo 4-5 settembre	7	4	11	8	5	3	3	3	22	2		1	3
2011 Meeting delle regioni - Caldonazzo 3-4 settembre	6	3	9	6	5	3	4	2	20	1			1
2012 Meeting delle regioni - Caldonazzo 1-2 settembre	3	4	7	3	4	2	3	2	14	3		1	4
tot. Partecipanti nelle specialità	21	16		22	20	8	15	7		6	0	2	
tot. Partecipanti nelle gare	37			72						8			
tot. Generale partecipanti nella categoria	117												

	C1 200 0	C2 200 0	tot.	C1 20 0	C2 20 0	C4 20 0	C1+ C2 200	STA FF 3x20 0	tot.	C1 20 0	C2 20 0	C1 200 0	tot.
--	----------------	----------------	------	---------------	---------------	---------------	------------------	------------------------	------	---------------	---------------	----------------	------

CATEGORIA CADETTI A

2009 Meeting delle regioni - Caldonazzo 5-6 settembre	5	6	11	7	6		6		19				0
2010 Meeting delle regioni - Caldonazzo 4-5 settembre	6	3	9	6	5		4		15	2		1	3
2011 Meeting delle regioni - Caldonazzo 3-4 settembre	5	2	7	7	4		3		14	2			2
2012 Meeting delle regioni - Caldonazzo 1-2 settembre	4	4	8	8	4		4		16			1	1
tot. Partecipanti nelle specialità	20	15		28	19	0	17	0		4	0	2	
tot. Partecipanti nelle gare	35			64						6			
tot. Generale partecipanti nella categoria	105												

--	--

	C1	C2	tot.	C1	C2	C4	C1+	STA	FF	tot.	C1	C2	C1	tot.
	200	200		20	20	20	C2	3x20			20	20	200	
	0	0		0	0	0	200	0			0	0	0	

CATEGORIA ALLIEVI B

2009 Meeting delle regioni - Caldonazzo 5-6 settembre		3	3	3					3					0
2010 Meeting delle regioni - Caldonazzo 4-5 settembre		0	0	4	4				8					0
2011 Meeting delle regioni - Caldonazzo 3-4 settembre		0	0	5	3				8					0
2012 Meeting delle regioni - Caldonazzo 1-2 settembre		0	0	4	4				8					0

tot. Partecipanti nelle specialità	0	3		16	11	0	0	0		0	0	0		
tot. Partecipanti nelle gare	3			27						0				
tot. Generale partecipanti nella categoria	30													

TOTALI GENERALI	C1	C2	tot.	C1	C2	C4	C1+	STA	FF	tot.	C1	C2	C1	tot.
	200	200		20	20	20	C2	3x20			20	20	200	
	0	0		0	0	0	200	0			0	0	0	
tot. gare in programma nel quadriennio	41	34		66	50	8	32	7		10	0	4		
tot. Partecipanti nelle gare	75			163						14				
Partecipazione generale equip. nel quadriennio	252													

ALLEGATO 5 - FINALI CAMPIONATI EUROPEI DISTANZE OLIMPICHE - QUADRIENNIO 2009/2012

BRANDEBURG(GER) 2009		TRASONA(ESP) 2010		BELGRADE(SRB) 2011		ZAGABRE(CRO) 2012	
C1 m 1000		C1 m 1000		C1 m 1000		C1 m 1000	
1	Ungheria	1	Germania	1	Germania	1	Germania
2	Germania	2	Francia	2	Romania	2	Francia
3	Spagna	3	Ungheria	3	Spagna	3	Bielorussia
4	Lettonia	4	Russia	4	Polonia	4	Repubblica ceca
5	Francia	5	Polonia	5	Bulgaria	5	Spagna
6	Russia	6	Romania	6	Repubblica Ceca	6	Kazakistan
7	Romania	7	Bielorussia	7	Bielorussia	7	Polonia

8	Polonia	8	Slovacchia	8	Ungheria	8	Ungheria
9	Bielorussia	9	Spagna	9	Russia	9	Grecia
C1 m 200		C1 m 200		C1 m 200		C1 m 200	
1	Azerbaigian	1	Lituania	1	Azerbaigian	1	Azerbaigian
2	Russia	2	Ucraina	2	Spagna	2	Spagna
3	Lituania	3	Russia	3	Ucraina	3	Lituania
4	Ucraina	4	Francia	4	Russia	4	Bielorussia
5	Germania	5	Germania	5	Germania	5	Irlanda
6	Ungheria	6	Bielorussia	6	Portogallo	6	Ucraina
7	Francia	7	Polonia	7	Polonia	7	Polonia
8	Romania	8	Ungheria	8	Slovacchia	8	Slovacchia
9	Portogallo	9	Slovacchia	9	Ungheria	9	Francia
C2 m 1000		C2 m 1000		C2 m 1000		C2 m 1000	
1	Ungheria	1	Azerbaigian	1	Russia	1	Romania
2	Germania	2	Russia	2	Bielorussia	2	Germania
3	Russia	3	Romania	3	Romania	3	Bielorussia
4	Azerbaigian	4	Ungheria	4	Azerbaigian	4	Italia
5	Romania	5	Polonia	5	Repubblica Ceca	5	Repubblica Ceca
6	Polonia	6	Germania	6	Ungheria	6	Ungheria
7	Ucraina	7	Ucraina	7	Italia	7	Spagna
8	Bielorussia	8	Repubblica Ceca	8	Moldavia	8	Ucraina
9	Spagna	9	Spagna	9	Polonia	9	Polonia