

Arrampicata sportiva, una disciplina in rapida diffusione

# Spider passion

Piccoli ragnetti crescono. Appesi, penzolanti, sempre e comunque arrampicanti. Un gruppo sportivo tutto faentino, nato nella palestra di una scuola e diventato ben presto una vera e propria squadra. Sono 24 giovani i giovani atleti della nostra città tesserati alla Federazione italiana che praticano attività agonistica secondo un fitto calendario di gare ufficiali. Meeting di arrampicata che si svolgono in palestre attrezzate con pareti artificiali, e che hanno permesso la diffusione di uno sport piuttosto recente consentendo di svincolare dall'ambiente montano una passione in continua crescita. Aldo Reggi, 47 anni, insegnante di educazione fisica presso l'istituto comprensivo «Carchidio-Strocchi», ha avuto l'idea di proporre l'arrampicata come attività scolastica sei anni fa, decidendo poi due anni più tardi di ampliare la possibilità di

partecipazione anche al pomeriggio, per permettere così di continuare la disciplina anche agli studenti ormai cresciuti e usciti dalla scuola.

«La nostra associazione - spiega - ha scopi puramente dilettantistici e non profite e abbiamo raggiunto un obiettivo molto importante: molti dei bambini e ragazzi che oggi vengono in palestra con entusiasmo, ancora non avevano trovato uno sport che li soddisfacesse». Non solo. «L'arrampicata - continua Reggi - oltre ad essere uno degli schemi motori di base, una capacità innata nell'uomo,

è una disciplina altamente educativa: pone obiettivi concreti da raggiungere e, aumentando l'autostima

e fiducia in sé stessi, sviluppa un elevato autocontrollo per via delle altezze da raggiungere e aiuta a vincere la paura del vuoto». L'attività federale è così suddivisa: 3 categorie promozionali, Giovanissimi C (6-8 anni), B (9-10) e A (11-13), e 4 categorie agonistiche, Ragnetti (14-15), Allievi (16-17),

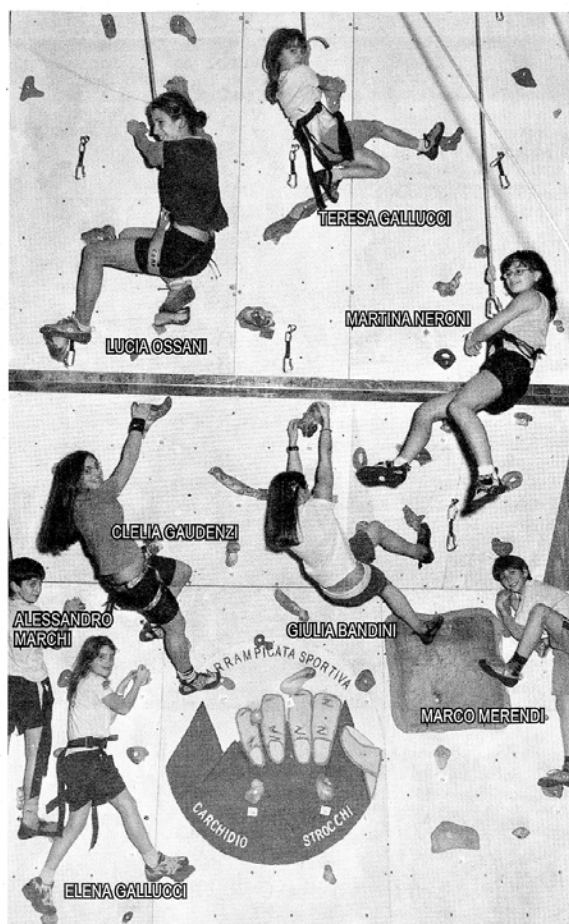
Juniore (18-19) e Seniore (oltre i 19 anni). «Ma l'arrampicata è uno sport dove i più piccoli, che hanno meno forza ma pesano anche meno dei grandi, possono competere con gli adulti».

I campionati si svolgono nell'ambito di macroregioni (l'Emilia-Romagna è insieme alla Toscana) e l'Associazione sportiva Carchidio-Strocchi Faenza vanta attualmente due propri atleti ai vertici della classifica: Stanislao Zama e Giulia Bandini sono infatti entrambi terzi rispettivamente nelle categorie Giovanissimi A maschile e Ragnetti femminile.

La scuola (in via Zauli Naldi, subito dopo porta Chiavi) ha investito risorse per attrezzare la propria palestra rossa con quattro pareti (la più alta arriva fino agli 8 metri) che oltre alla nuovissima capannina permettono la pratica di tutte le

specialità previste dall'arrampicata. Il tutto in un allestimento degli spazi che non ha inficiato la regolarità richiesta dal già esistente campo di pallavolo. Gli allenamenti dei ragazzi si svolgono nei pomeriggi di martedì e venerdì e l'iscrizione costa solo 3 euro alla settimana. Gli istruttori Fasi (Federazione arrampicata sportiva italiana) sono Aldo Reggi e Claudia Pierazzoli, trentenne di Tredozio. «Ora - chiude il professore di ginnastica della Carchidio-Strocchi - è però necessario consolidare l'attività in modo tale che non resti solo legata alla mia persona. Diventare un istruttore federale non è difficile e con un paio di ragazzi frequentanti l'Isef, dunque seri dal punto di vista della formazione di base, potremmo far crescere ancora questo sport».

Claudio Ossani



SPORT



**Arrampicata sportiva, la montagna va in palestra**

L'arrampicata sportiva si divide in tre discipline: velocità, difficoltà e boulder. Le pareti artificiali sono attrezzate con prese, appigli in resina di varie dimensioni, forme e colori. Tale varietà permette un'infinità di percorsi differenti, che vengono stabiliti preventivamente e sono chiamati vie. Man mano che l'atleta procede l'assicuratore gli cede la corda strettamente necessaria e in caso di caduta questa sarà mantenuta in tensione dall'apposito strumento di sicurezza legato addosso. In ambito scolastico invece la corda è sempre calata dall'alto. La velocità si effettua su vie generalmente più semplici e l'obiettivo è quello di concludere la parete nel minor tempo possibile. La difficoltà si effettua invece su vie che aumentano progressivamente l'impegno fino a raggiungere gradi di difficoltà al limite delle capacità umane. Ad ogni presa viene assegnato un punteggio e ha tre valori: «<» se viene solo toccata, «=>» se viene impugnata e «+» se dopo averla impugnata l'atleta inizia un movimento che tuttavia non gli permette di raggiungere la presa successiva. Il massimo punteggio si ottiene arrivando con entrambe le mani all'ultima presa: il top. Il boulder infine consiste nel dover arrampicare su vie alte al massimo 3 metri, senza l'uso dell'imbrago e con l'incolumità assicurata da morbidi materassoni. Conta il numero di tentativi impiegati nel raggiungere il top in un determinato tempo.

