sandro sormani

sandrosormani.ch

Una mano di valore.

Roberto Ghielmetti

«Con la nostra associazione promuoviamo i valori del calcio»

Roberto Ghielmetti conosce molto bene il nostro calcio. Per tutti semplicemente "Prof", di professione è preparatore atletico. Il 35.enne comasco ha completato gli studi in Scienze Motorie e Sport presso l'Università degli Studi di Milano e in Scienze dello Sport e dell'Allenamento presso l'Università degli Studi di Torino. Dal 2007 svolge l'attività di preparatore atletico per diverse squadre di calcio svizzere e internazionali (Delhi Dynamos, Team Ticino, Lugano, Spezia Italia, Bellinzona e Locarno). Dal gennaio 2014, inoltre, collabora con la Federazione ticinese di calcio nell'ambito dell'organizzazione di allenamenti di attività coordinativo-cognitiva per i bambini della fascia di età 9-12 e come istruttore per i corsi di allenatore UEFA C e B. Nel 2014 insieme a due amici ha creato l'associazione All Sport Association. Con lui abbiamo parlato di calcio, ma soprattutto di formazione e insegnamento, mettendo al centro i valori.

Roberto Ghielmetti, quali qualità deve avere un buon preparatore atletico?

«A livello tecnico deve conoscere in maniera approfondita la materia. La parte scientifica, ovviamente, ma anche la componente calcistica, affinché possa spiegare al meglio il lavoro ai calciatori. Il preparatore deve trasformare con praticità ciò che ha imparato teoricamente. Dal punto di vista umano, invece, fare da filtro tra giocatori e allenatore. Capita che i calciatori ti dicano cose che non si permetterebbero di dire all'allenatore. E viceversa con il mister».

Quali sono state le tue soddisfazioni più grandi?

«Sicuramente la vittoria del Torneo Internazionale di Bellinzona con il Team Ticino. È stata una settimana molto intensa, in cui abbiamo lavorato in maniera professionale togliendoci delle grandi soddisfazioni. Ho un grande ricordo di quella squadra. Inoltre cito la salvezza della passata stagione con l'Ascoli: sembrava impensabile e invece ce l'abbiamo fatta all'ultimo respiro. Non posso infine non citare l'esperienza in India. Che ricordi.».

Hai parlato dell'India. Ci racconti com'è andata.

«È stato tutto fantastico! Ho avuto il piacere di lavorare con due grandissimi: Gianluca Zambrotta e Simone Barone. Splendide persone e ottimi professionisti, con grande esperienza. Che bello, poi, giocare con 60'000 persone assiepate sugli spalti».

Quando hai lavorato in India nel campionato militavano tanti campioni. Chi ti ha sorpreso maggiormente?

«Florent Malouda. Ha vinto una Champions League ed è stato un assoluto protagonista nel panorama calcistico europeo, ma nonostante ciò era un grandissimo lavoratore. Il primo ad arrivare al campo e l'ultimo ad andarsene. Un vero leader e una guida per il gruppo».

Da qualche anno, inoltre, sei attivo con l'associazione All Sport Association (ASA). Di cosa si tratta?

«ASA è un'associazione sportiva e culturale che nasce a Vezia nel settembre 2014 da un'idea del sottoscritto, Boris Angelucci e Alessandro Viri. L'obiettivo di ASA consiste nel promuovere i valori dello sport, quali fair play, rispetto, lavoro di squadra, aggregazione, determinazione e raggiungimento di obiettivi, attraverso energia ed entusiasmo. Il nostro lavoro si fonda su solide basi scientifiche, grazie all'intervento di professionisti del settore nella gestione di ogni proposta. Il nostro raggio d'azione spazia da corsi specifici per operatori del settore (con ospiti di alto livello) ai campi estivi per bambini; un'attività molto variegata. Permettetemi di aggiungere che se qualcuno è interessato può trovare tutte le informazioni necessarie sul nostro sito. Se condividete la nostra filosofia e apprezzate le nostre attività potete anche sostenerci in maniera concreta».

Avete promosso anche il progetto "Gioca Pulito – I calci dalli al pallone".

«Lo scorso anno ci sono stati alcuni episodi deprecabili sui campi di calcio, con violenza e maleducazione. Abbiamo quindi voluto creare un progetto destinato ai ragazzi. Il nostro obiettivo è quello di fare prevenzione. Pratica e teoria, coinvolgendo, come testimonial, anche alcuni professionisti (tra cui Bottani, Sulmoni, Sabbatini e l'hockeista Chiesa) per veicolare alcuni messaggi importanti. "Gioca Pulito – I calci dalli al pallone" è in crescita e da un comune ci stiamo allargando, con l'obiettivo di mettere al centro l'etica. Lo scopo è quello di parlare a bambini di come fare sport in maniera sana e, appunto, pulita. Temi come il rispetto (degli altri, delle regole, delle idee, dell'ambiente,...), la collaborazione, il gioco di squadra, il saper vincere e saper perdere, il sacrificio, la conoscenza di sé vengono spiegati attraverso attività ludiche, sperimentati così in maniera pratica e divertente».

SOGNANDO SHAQIRI

La 22.enne **Belinda Bordogna** fa parte di quella schiera di ragazze che ai tacchi preferisce gli scarpini da calcio. Una passione, quella per il pallone, coltivata sin dalla giovane età. Il movimento calcistico femminile è in continua crescita e anno dopo anno coinvolge sempre più ragazze.

Oggi Belinda milita nel Gambarogno, attuale leader del campionato di Seconda Lega che punta dritto alla promozione. Bordogna è un esterno offensivo, agile, dotata di un grande dribbling e con un ottimo sinistro. La giovane calciatrice abita a Mendrisio e frequenta la Supsi a Manno. Ogni settimana scende in campo con la maglia numero 23, in onore del suo idolo Xherdan Shaqiri.

VIETATO *ai minori*

di **Gianluca Pusterla**

Il letargo del calciatore regionale

Il letargo è un'abitudine di tutti quegli animali che «non hanno il fisico». Non in generale: l'orso, ad esempio, ce l'ha eccome, ma qui si intende il fisico adatto a sopportare le basse temperature. Di fronte al freddo rigido dell'inverno, gli animali che vanno in letargo per assicurarsi di restare al caldo dovrebbero spendere più energie di quelle che riuscirebbero a procurarsi mangiando. Se i conti non tornano, prima di «svenire», vanno in letargo.

Un po' come uno scoiattolo (tanto per citarne uno) anche il calciatore delle nostre leghe amatoriali va in letargo e si ritira per un po'. Per alcuni (Prima Lega e Seconda Lega Interregionale) è già arrivato il momento di rintanarsi e di riposare. Per tutti gli altri manca pochissimo. Per un paio di mesi basta allenamenti e partite. Scivolate e gol. E allora cosa si fa? Ognuno la vive diversamente, come è giusto che sia. C'è chi non si ferma mai e si allena in solitaria, come un vero professionista. Corse a perdifiato che nemmeno Kenenisa Bekele e sedute in palestra che il giorno dopo in ufficio non riesci ad alzarti dalla sedia e per prendere il caffè devi chiedere aiuto alla segretaria. Altri, invece, diventano dei professionisti del calcio a cinque. Partite su partite con amici e colleghi, tentando le peggio giocate. Veroniche, tunnel e doppi passo, rigorosamente con il completino ufficiale del tuo idolo. Tanto che poi addirittura ti impersonifichi. Se «sei» Neymar, non puoi non cadere al primo contatto. Se porti con fierezza la maglia di Ronaldo a ogni gol (probabilmente non saranno nemmeno tanti) esulterai urlando SIUUUUU. Attenti solo a non aver contro Suarez, rischiereste la vostra incolumità. È un altro tipo di calcio, ma una buona occasione per sfogarsi. Tanti invece fanno parte di quella categoria che va in letargo per davvero. Basta pallone, per una specie di disintossicazione. Dopo mesi di allenamenti è giusto staccare la spina. Al via la tanto attesa stagione degli aperitivi e delle cene, natalizie e non. Insomma, quelle più impegnative dell'anno. Gli scarpini vengono riposti nell'armadio e li toglieranno nell'anno nuovo, tanto che saranno duri come il marmo e di qualche taglia più piccola. Nessun allenamento e tanti spritz, stuzzichini e pasti iper calorici in stile polenta taragna e brasato. Una prelibatezza, è vero, ma che arrotonderà il vostro fisico. La classica tartaruga al contrario che l'anno prossimo ti costringerà a prendere il sole in maglietta per evitare figuracce. Godetevela e divertitevi, ma al primo allenamento sarà il vostro allenatore a ridere. Un vero inferno. Scordatevi l'addome che Ronaldo ha mostrato con fierezza qualche giorno fa in Champions, voi sembrerete più Gene Gnocchi (in arte Gnoccao). E addio cambio di passo, o presunto tale. La pausa sembra lunghissima e interminabile, ma in fin dei conti passerà in un battibaleno, magari vi lamenterete «si stava così bene a casa sul divano a oziare», ma alla fine non potete farne a meno e non avete nessuna intenzione di tagliarvi quel cordone ombelicale che vi lega al gioco più incredibile e praticato del mondo, che è come una malattia, che ha infettato ognuno di noi.