

UN SEMINARIO SULLA «VISTA SPORTIVA» A RIMINI

L'OCCHIO VUOLE LA SUA PARTE

L'importanza della questione ottica nella ricerca delle massime prestazioni □ di *Ezio Pirazzini*

UNA VOLTA non ci si guardava tanto. Non si sapeva che anche gli occhi possono fare ginnastica e migliorare il loro potenziale, e ci si limitava ad inforcicare un paio di occhiali. Ricordo sempre con piacevole interesse, e anche un po' d'ironia, alcuni eccelsi «occhialuti» dello sport: Van Vliet, l'olandese volante che conteneva a Scherens il podio della velocità nel ciclismo, Annibale Frossi, il dottore che da ala destra fece le nostre fortune calcistiche alle Olimpiadi di Berlino. Ricordo Livio Berruti, aristocratico dello sprint, che fece esplodere lo stadio Olimpico di Roma vincendo nei 200 metri, e Martina Navratilova, regina del tennis.

Ma in particolare ho presente alcuni piloti: Ivan Capelli, l'asso del volante attualmente alla Ferrari, ed i motociclisti Steve Baker, Renzo Pasolini e Lorenzo Ghiselli, quest'ultimo rimasto ucciso in un incidente all'autodromo di Imola, così come spari di scena Renzo Pasolini nel rogo tremendo di Monza in cui perse la vita anche Jarno Saarinen.

Recentemente mi sono ritrovato vicino all'amico Dalpozzo, organizzatore e dirigente dello sport motociclistico e attualmente segretario dell'Accademia Europea di Sports Vision. A Rimini infatti è stato indetto un seminario internazionale della materia, presenti nomi famosi, primo fra tutti Erik Peper della San Francisco State University.

Un lungo week-end (il 24 e il 25 aprile) nel corso del quale



STEVE BAKER

hanno tenuto lezioni il professor Saverio Colonna, libero docente in biomeccanica alla Scuola di Medicina dello Sport all'Università di Siena, il dottor Stefano Tamorri, psichiatra all'istituto di Scienze dello Sport al CONI, il dottor Joseph Trachtman dell'Advanced Institute for Vision Therapy di New York e il dottor Claudio Costa, direttore della Clinica Mobile della Federazione Motociclistica Italiana: Coordinatore del tutto il dottor Vittorio Roncali, autore del libro «Sports Vision», le scienze visive al servizio dello sport.

Tra gli intervenuti, numerosissimi, c'era anche un ex pilota attualmente optometrista

di valore: Sisto Accorsi, due volte campione d'Italia junior, dieci anni di corse con Walter Villa, Parlotti e Agostini, valido esponente della Ducati e — anche lui ha voluto sottolinearlo — autore di tante cadute anche disastrose, una ragione in più per credere in Sports Vision.

«Ai nostri tempi — ha detto — non ci si preoccupava tanto della vista. Ci hanno insegnato a camminare, a mangiare e a fare una infinità di cose. Ma nessuno ci ha insegnato a guardare, ecco perché possono nascere tanti guai. Ma ora anche i centauri chiedono di allenare e migliorare la vista».

Ma non solo: il 2° Biofeed-

back di Rimini comprendeva controllo posturale, tecniche di rilassamento, integrazione sensoriale, concentrazione, attenzione, visualizzazione. Una volta non ci si pensava nemmeno, non ci si preoccupava di possedere una vista perfetta di 10/10. Però è da anni che la comunità sportiva è consapevole del fatto che praticare uno sport non necessariamente sfrutta e migliora tutte le potenzialità dell'atleta.

DA QUESTA consapevolezza sono nati programmi mirati al potenziamento fisico al fine di costruire una generazione di atleti molto più forti e più veloci, con prestazioni sportive di livello assai superiore a quelle della generazione precedente. Tuttavia sembra esserci ancora spazio per migliorare errori, disattenzioni. Sono comparse metodologie legate alla psicologia dello sport, che hanno avuto un ulteriore impatto positivo nella ricerca della prestazione ottimale da parte dell'atleta. Ma si può fare ancora di più.

Gli optometristi che si occupano di problemi visivi legati allo sport furono, fin dai primi tempi, assai colpiti dall'alta percentuale di atleti che non si sottoponevano neppure a regolari esami della vista e che avevano bisogno di occhiali correttivi o di lenti a contatto. Rimasero ancora più colpiti quando iniziarono ad esaminare in modo più approfondito le capacità visive necessarie durante la pratica sportiva. Si resero conto che la coordinazione occhio-mano, la visione periferica, l'equilibrio visivo, la velocità di percezione, la visualizzazione, la percezione della profondità, l'equilibrio e la concentrazione, così come diverse altre «abilità visive», sono importanti per la performance sportiva.

Ecco perché «Sports Vision» può intervenire in favore degli atleti, piloti compresi: perché sono gli occhi a dirigere il corpo in ogni istante; e questo merita ancor maggiore considerazione in uno sport dove il rischio è sempre presente. □