

---Messaggio originale---

Da: gianfranco.silvestri@gmail.com

Data: 07/01/2013 12.44

A: "gianni.mauceri@libero.it"<gianni.mauceri@libero.it>, "Maridè Marini"<maride.marini@gmail.com>, "alfano.chiara@gmail.com"<alfano.chiara@gmail.com>

Ogg: Fwd: **Relazione su allenamento collegiale 2-5/01/2013 a Roma**

Ciao a tutti,
ecco i miei commenti (tutti positivi!) sull'allenamento.
ciao, a presto
Gianfra

1. Comunicazione prima dell'evento

Le informazioni contenute negli inviti erano esaustive anche per me che ero alla prima partecipazione. Sono riuscito a raggiungere il centro dell'Acqua Acetosa con i mezzi pubblici e, a parte un po' di disorientamento alla stazioncina di Monte Antenne, sono arrivato in un attimo.

2. Sistemazione alberghiera

Mi è piaciuta moltissimo la soluzione dell'Hotel Dello Sport per la sua comodità. Visti i costi molto contenuti, mi aspettavo però una sistemazione più spartana. Invece le camere le ho trovate di buon livello e con molte comodità. Anche il ristorante free-flow del Centro ha un ottimo rapporto qualità – prezzo.

3. Organizzazione generale

Qualcuno avrà potuto pensare che siamo dei simpatici improvvisatori ma per me il programma è stato rispettato con precisione più che accettabile. Ho apprezzato molto anche la flessibilità di cambiare il torneo da sabato pomeriggio a mattina, perché altrimenti io non avrei potuto parteciparvi. Il torneo poi si è svolto senza inutili tempi morti e, nonostante la travolgente allegria, in tempi ragionevolmente brevi.

4. Preparazione atletica

Non vi nascondo che mercoledì pomeriggio ho avuto un po' di perplessità durante la prima sessione di preparazione atletica. Non mi sembrava tanto calibrata per dei partecipanti 40-50enni. Mi sono ricreduto invece durante le sedute successive perché le contratture che avevo al gluteo e all'adduttore sinistro si sono – per così dire – “sciolte” e ho retto benissimo ai 4 giorni di assalti. In ogni caso, ci sono stati 0 infortuni in pedana per tutti i partecipanti e direi che questa è la miglior dimostrazione del buon risultato raggiunto da Marco Giangiuliani.

5. Lezioni di scherma

La vitalità contagiosa e l'allegria di Elvis facevano rimpiangere di non essere fioretista, ma io ho apprezzato molto le lezioni di spada di Francesco Taddei per la sua calma e la sua attenzione ai dettagli e ai fondamentali, ma soprattutto per la sua tenacia nel non cambiare esercizio sino al raggiungimento del risultato (mi ha tenuto in pedana dalle 12:40 sino alle 13:20, ero stremato!)

6. Livello tecnico-agonistico

Nonostante ci fossero atleti di livello tecnico piuttosto diverso (ma forse più nel fioretto che nella spada) mi sono divertito moltissimo a tirare con tutti e comunque non ho mai avuto l'impressione di annoiare l'avversario con la mia scarsa tecnica.

7. Rapporti umani

Questo è il punto che mi piace di più descrivere perché la cordialità, il calore umano e la disponibilità dimostrati dagli amici del Club Scherma Roma non hanno paragoni. Da subito ci avete fatto sentire a casa nostra, ci avete fatto divertire con la vostra ironia e le vostre battute, ci avete viziati con spuntini e merende continui, ci avete trattati come fossimo i vostri migliori amici da vent'anni.

Lasciatelo dire a un misantropo di Alessandria (che è la capitale italiana del cinismo): l'impegno e l'allegria di Gianni, di Maridè e degli altri amici hanno reso questo allenamento collegiale una vacanza tra le più riuscite che io ricordi!

Un grazie di cuore per il vostro lavoro. Tornerò agli eventi organizzati da voi tutte le volte che posso!

Gianfranco Silvestri