



Simona e la finale che non c'è stata

Olga Saladukha (Ucraina) metri 14.94, Olga Rypakova (Kazakistan) metri 14.89, Caterine Ibarguen (Colombia) metri 14.84: questo il podio del salto triplo al Mondiale di Deagu. Al quarto posto Mabel Gay (Cuba) metri 14.69 seguita da Yamilè Aldama (Gran Bretagna) metri 14.50. Queste misure erano "nella disponibilità" di Simona La Mantia. Se avesse centrato la qualificazione, mancata al terzo salto per un nullo di 2 cm. circa, la Gazzetta dello Sport non avrebbe titolato "Triplo flop di Simona La Mantia". L'allieva di Michele Basile, gareggiando al relativo fresco della sera, avrebbe probabilmente conquistato se non una medaglia, un piazzamento prossimo al podio, anche con la sua migliore misura stagionale (metri 14.43) che, non lo omettiamo, la posizionava al 19° posto tra le partecipanti. Per inciso un infortunio ha bloccato in finale la numero uno della stagione, la cubana Yargiles Savigne.

La storia, anche nello sport, con i "se" si trasforma in una irrealtà, una sorta di religione profana che può consolare e infonde fiducia nei giorni a venire. Il binomio Basile - La Mantia aveva programmato il Mondiale di Deagu senza lasciare nulla al caso: il ciclo di allenamento precedente la partenza a Deagu al caldo di Palermo; la progressività dei carichi verificata dai test tutti crescenti; l'assistenza medico e masso fisioterapica per favorire il recupero e prevenire i traumi. Tutti i parametri erano propizi ma il professore Michele lo aveva dichiarato, non per "mettere le mani avanti": i test e i salti controllati sono importanti, ma sono le reazioni e le modalità di "quella gara" che contano.

Analizziamo le condizioni atmosferiche della qualificazione mattutina del 30 agosto: tanto caldo, sui 28°, con alto tasso di umidità. Simona, che è cresciuta al torrido delle estati mondellane, ha detto che i frequenti spugnaggi alleviavano il disagio. Ma questa non è una scusante. Anzi rafforza e fa aumentare il rammarico perché il terzo salto era valutabile attorno ai 14.50. La misura di entrata - metri 14.06 - era stata un buon segnale. Nella seconda prova il nullo - di un piede - ha costretto Simona a giocarsi tutto nella terza prova. Ha arretrato il punto d'inizio della rincorsa di un piede e per quei due centimetri abbondanti ha perduto l'appuntamento con la finale mondiale. Il 12esimo posto utile era a 14.15! Dagli spalti, chi era nello stadio a tifare per Simona, dalle sedie, poltrone, divani, letti... a guardare la TV satellitare o Rai Due, ciascuno ha sentenziato e, ovviamente, la delusione è stata unanime. Simona tuttavia si è trovata a suo agio (lo ha ripetuto più volte) nella pedana di gara ignota ai saltatori fino all'ora X. Tentiamo di spiegare i meccanismi che entrano in azione durante i salti, soprattutto quando si compete ai massimi livelli. Il triplice balzo: l'*hop* è una falcata aerea, infatti l'atleta ricade sul piede di stacco, apre il passo cruciale dello *step*, e conclude con il *jump*, un atterraggio sovrapponibile all'ultima fase del lungo. Una sequenza di stacchi e rimbalzi che è stata interiorizzata dal programma motorio dell'atleta durante le innumerevoli esercitazioni ed è definita automatismo.

Nei salti il gesto più costruito è il salto con l'asta, dove c'è la mediazione dell'attrezzo che proietta verso il cielo. Il salto in lungo, dove predomina la corsa - il gesto più naturale - è meno costruito del salto triplo. Il salto in alto, in cui la corsa è limitata a poco più di dieci metri, è più costruito in rapporto agli altri due salti in estensione ed ha come elemento che materializza il record personale, o assoluto da superare, l'asticella. L'altista conosce già il limite contro il quale dovrà cimentarsi, è questa una situazione psicologica unica nell'atletica, come nel salto con l'asta. Il saltatore è "avvertito" dalle sue sensazioni se il programma ideo motorio, la sequenza di rincorsa, stacco, triplice balzo, coincide con la realizzazione, se i tempi di entrata e di uscita dagli appoggi sono stati rispettati. La riprova: quando a metà della rincorsa ha la certezza di essere fuori dai segnali, non completa il salto. Una bava di vento, a favore o contro, fra una prova e l'altra, falsano - sia pure di un millimetro - il riferimento precedente, vedi il piede indietro di Simona.

Ora c'è solo da fare un passo avanti, un piede dopo l'altro, e preparare la rincorsa al Campionato Europeo e all'Olimpiade che chiamale che arrivano.

Pino Clemente