

ANNO XIII - Numero 2 - APRILE 2006 - Mensile - 6,00 EURO

# golf

## & turismo

**SPECIALE**

**I circoli di Torino**

**ATTREZZATURA**

**Ferri, wedge e putter**

**VIAGGI**

**Lisbona e Malta**

**OPEN D'ITALIA**

**Grande golf a Tolcinasco**





## Il meglio di te

**I**l concetto di base non fa una piega, la soluzione sembra l'uovo di Colombo. Concetto: visto che siamo tutti fatti in maniera diversa l'uno dall'altro, non è possibile che due giocatori abbiano lo stesso identico swing. La morfologia di ogni persona incide in maniera importante sulla capacità di movimento del corpo ed è sbagliato voler insegnare a tutti lo stesso movimento. Soluzione: studiando la morfologia del singolo giocatore è possibile adattare l'insegnamento del golf alle specifiche esigenze del soggetto ottimizzandone il rendimento.

E' questo il concetto che sta alla base del Biomeca swing, ovvero "il golf swing scientificamente ottimizzato". Si tratta di un sistema di studio computerizzato applicato al golf introdotto dal francese Jean Jacques Rivet in collaborazione con David Leadbetter. Un complesso lavoro di diagnostica, analisi e soluzioni che fino a poco tempo fa era riservato solo ai grandi campioni dei tour professionistici, ai quali era possibile accedere al Biomeca swing nella sede della golf Academy di Leadbetter in Florida.

Da pochi mesi, però, il sistema è diventato accessibile a qualunque golfista dilettante. Il primo centro di Biomeca swing aperto al pubblico è stato infatti inaugurato da Rivet all'interno del resort Four Seasons Terre Blanche in Provenza, a poco più di mezzora di auto da Cannes. Alla base di tutto c'è lo studio della biomeccanica: "Mettere il proprio corpo in pieno bilanciamento - spiega David Leadbetter -, insieme ad una buona tecnica di gioco, permetterà ad ogni tipo di giocatore di migliorare. Non solo aumentando la potenza dei propri colpi e la loro consistenza, ma anche prevenendo ogni tipo di infortunio fisico". I professionisti che si sono sottoposti alle "cure" di Rivet sono molti, fa i quali gli italiani Calì (che l'anno scorso ha vinto il suo primo torneo nel circuito Seniores della Pga Europea), Tadini e Sandolo, ma la nuova frontiera del Biomeca swing è rappresentata dai golfisti dilettanti. Ma come funziona, in pratica, il sistema di Rivet?

Si tratta innanzitutto di affrontare un percorso di lunga e meticolosa diagnostica, con l'obiettivo di identificare i disordini osteo-articolari e neuro-muscolari del giocatore, in modo da stabilire un profilo personalizzato delle capacità fisiche e fisiologiche del soggetto. In questo modo l'analisi identificherà i punti di forza e di debolezza naturali. Nella pratica, il giocatore viene sottoposto ad un'accurata visita nel corso della quale vengono misurati gli arti e la loro mobilità, al fine di apportare eventuali compensazioni. Una gamba leggermente più corta dell'altra, per esempio, può essere compensata con una soletta nella scarpa al fine di arrivare al massimo equilibrio possibile. La seconda fase ha per obiettivo lo stabilire con precisione una cartografia degli errori commessi durante lo swing, per analizzare la relazione fra i disordini fisici e fisiologici e gli errori nello swing.

Nella pratica, al giocatore viene fatta indossare una tuta alla quale sono stati applicati dei sensori in molte parti del corpo, mentre il suo swing viene ripreso da varie telecamere collegate al computer. Questa tecnica permette di ottenere la riproduzione al computer dello swing, in modo da poterlo poi sezionare, movimento per movimento, ed analizzare in profondità con l'aiuto di un complesso programma di analisi computerizzata.

Ottenuta la diagnosi degli errori, si passa alla terza fase. Con l'aiuto di una macchina molto particolare, il giocatore lavora per risolvere i suoi problemi incentrandosi su quattro aree principali: rafforzamento muscolare, stretching mio-facciale, coordinazione e postura. Al termine di tutto questo complesso lavoro, il giocatore viene "consegnato chiavi in mano" al maestro di golf che, in base alle conoscenze apprese sulle specificità del suo allievo, potrà insegnargli il miglior swing possibile per le sue caratteristiche.

**Informazioni:** Four Seasons, Domaine de Terre Blanche, 83440 Tournettes (Francia), tel.0033494399000, [www.fourseasons.com](http://www.fourseasons.com)

**Paolo Emilio Pacciani**