

Problemi sistemici

Poco tempo fa ho scritto un articolo intitolato “**Allenatori di mestiere e non soltanto**”, nel quale cercavo di evidenziare un problema che, dal mio punto di vista, è **centrale nello sport moderno**: nelle **palestre** dominano **istruttori e allenatori privi di una formazione seria**, mentre sono **pochissimi** coloro che possiedono una **laurea universitaria** in ambito sportivo.

Tornare a riflettere sulla **metodologia dell’allenamento** proposta dal **Sistema**, sia attraverso quei pochi laureati, sia tramite istruttori che si limitano a ripetere ciò che “si dice su Internet”, mi ha ricordato una lezione di un **economista non liberale**. Nel **2003** egli pubblicò un libro in cui descriveva in modo dettagliato la **crisi economica globale** che si sarebbe verificata nel **2008–2009**. È inutile dire che all’epoca nessuno prese sul serio il suo lavoro, liquidandolo come l’ennesima **teoria del complotto**.

Osservando oggi la **realtà socio-economica italiana**, e presumendo che lo stesso quadro sia valido anche per **Europa e Nord America**, appare evidente che il **Sistema sta crollando** e che nessuno è realmente in grado di risolvere il problema. Il **ceto medio** si sta impoverendo: **stipendi e pensioni** sono rimasti invariati per anni, mentre i **prezzi** continuano ad aumentare. In **Italia** si fanno sempre meno figli e la **popolazione diminuisce**. Questi sono segnali inequivocabili di una **crisi strutturale**.

Torniamo ora allo **sport ad alte prestazioni**. Come ho già scritto nel mio libro “**Preparazione atletica nelle arti marziali...**” e in diversi articoli, la **stagnazione dei risultati sportivi** negli ultimi **quarant’anni** è dovuta a un sistema che **non investe nella ricerca scientifica fondamentale**, preferendo invece spendere risorse in **macchinari, farmaci, integratori alimentari** e così via.

Nel precedente articolo ho aggiunto un ulteriore fattore: l’**ignoranza degli istruttori**, per i quali l’atleta è trattato come una **scatola nera sigillata**.

Il **terzo motivo** della stagnazione è lo stesso **Sistema sportivo**. Le **metodologie di allenamento**, sviluppate negli **anni ’70–’80 del Novecento**, vengono seguite ancora oggi dagli **allenatori di mestiere** senza alcun aggiornamento reale.

Faccio un esempio concreto. Attualmente frequento una **palestra di kickboxing**, una struttura **statale**, seria. Il mio allenatore è stato uno dei migliori **combattenti italiani**, ha **37 anni**, ed è anche uno **studioso di scienze motorie**. Di giorno lavora al **CONI**, la sera allena noi.

Quando ci siamo conosciuti, era molto entusiasta di leggere il mio libro “**Preparazione atletica...**” e lo consigliava anche ai suoi allievi, invitandoli a visitare il mio **sito web**. Tuttavia, nonostante avesse appreso **informazioni nuove**,

logiche e scientificamente fondate, nel suo metodo di allenamento **non è cambiato nulla**. Come se non avesse letto niente. I concetti appresi all'Università restano tali **per sempre**. Amen.

Professori, docenti e dirigenti universitari siedono comodamente nelle loro posizioni e **non vogliono cambiare nulla**. Anche gli **amministratori del CONI** sono soddisfatti del Sistema e non desiderano riforme. Tutti **beati e stagnanti**.

Esiste un uomo di **nazionalità tedesca**, residente in **Germania**, di nome **Rudolf Plyukfelder**. È stato **campione olimpico, campione mondiale**, e come allenatore nell'**Unione Sovietica** ha formato **sei campioni olimpici e sette campioni del mondo**. In breve, uno dei **migliori allenatori della storia della pesistica olimpica**, forse l'unico ancora in vita.

Trasferitosi anni fa dalla Russia in Germania, ci si aspetterebbe che fosse **estremamente richiesto**. È ancora in **perfetta forma fisica e mentale**. E invece no: è **praticamente sconosciuto**. Nessuno nella **Federazione tedesca di sollevamento pesi** sembra sapere che nel loro Paese vive una **risorsa di valore inestimabile**.

Oltre all'**indifferenza verso la scienza dello sport** che domina le strutture di gestione, si osserva un **attaccamento patologico al denaro**. Lo sport olimpico, con il motto "**Citius, Altius, Fortius – Communiter**", si è trasformato in "**Soldi e Successo**".

Oggi ogni atleta vincente è una **macchina per produrre denaro**. Un esempio evidente è la **forte promozione mediatica** di **Aryna Sabalenka**: atleta carismatica, bella, trasformata in **brand ambassador di Gucci**, icona di "**power beauty**". Tutto diventa **merce**.

Il **Sistema sportivo moderno** è orientato al **profitto economico**, non più al miglioramento di **secondi, metri, chilogrammi**. Ma questo non è il male peggiore. Il mondo dello sport è **avvelenato da ipocrisia e politica**.

Conosco questo sistema dall'interno: ho praticato sport ad **alto livello** come **sollevatore di pesi e bodybuilder**, e ho anche **diretto una federazione regionale**. Posso quindi affermare con piena responsabilità che lo sport è **profondamente contaminato dal doping**. In misura tale che molti atleti **non riescono più a competere senza sostanze**.

Un esempio emblematico è **Simone Biles**, che durante le **Olimpiadi di Tokyo** si ritirò perché le erano finite le **pillole di Ritalin**. In Giappone le normative su questo tipo di farmaci sono molto rigide, poiché **aumentano significativamente i livelli di dopamina**. Le era consentito portare con sé solo una scorta limitata, ma ne assumeva di più e, dopo pochi giorni, rimase senza. Ciò che accadde dopo è noto a tutto il **mondo sportivo**.

Esiste oggi un gruppo di **privati** deciso a porre fine all'ipocrisia nello sport, organizzando i cosiddetti "**Enhanced Games**", competizioni **senza controlli antidoping**. Una delle prime prove è stata una gara di **50 metri stile libero**, con un premio di circa **un milione di dollari** per chi avesse battuto il record mondiale. L'atleta **Kristian Gkolomeev** ha nuotato i 50 metri in **20,89 secondi**, tempo **migliore del record ufficiale di 20,91 secondi**, stabilito nel 2009 da **César Cielo**. Una

differenza di **0,02 secondi**: praticamente nulla.

Quindi **Kristian è presumibilmente dopato**, mentre **César presumibilmente no**. Un'assurdità. È molto più probabile che **Cielo** sia riuscito a **nascondere il doping** prima dei controlli o che, gareggiando **in casa in Brasile**, le **provette** siano state opportunamente "aggiustate".

In conclusione, viviamo **tempi straordinari**. Il mondo sta cambiando. Il **vecchio Sistema globale** sta crollando, anche se i **politici di vecchia scuola** non riescono ad accettarlo. Le **vecchie bugie** verranno esposte alla luce del sole e le **nuove generazioni** le spazzeranno via.

Mi permetto una previsione **ottimistica**: lo **sport olimpico** rinascerà come la **Fenice**, e anche lo **sport per la salute** tornerà finalmente a basarsi su **scienza seria**, orientata alla **salute dell'uomo**, non al **denaro**.