



Oggetto: **relazione corso di aggiornamento di Biella del 4 e 5 febbraio 2012.**

L'interesse per sé e la cura per gli altri rappresentano le due sponde del fiume della nostra esistenza.

La coerenza con questo enunciato si è verificata nel Corso di aggiornamento, svoltosi a Biella il 4 e 5 febbraio c. a., promosso dal tecnico Roberto Scaglione e da tutto lo staff del Boxing Club di Biella.

Hanno partecipato 65 persone: 55 tecnici, di cui 6 donne, 7 pugili in attività, di cui 2 donne, 2 arbitri, 1 commissario di riunione.

I temi trattati sono stati ampiamente sviluppati in sequenza e in co-presenza dai relatori.

Il maestro Raffaele Bergamasco ha condotto le sedute di allenamento evidenziando la qualità degli stimoli per costruire validi pugili dal punto di vista coordinativo e metabolico, del consolidamento delle abilità tecnico-tattiche, sintetizzando ogni volta i condizionamenti fisiologici e strategici in base all'organizzazione e periodizzazione degli allenamenti.

Il fisioterapista Fabio Morbidini ha evidenziato l'importanza degli esercizi e delle posture per prevenire infortuni potenziando tutti i distretti muscolari, osteo-tendinei e articolari coinvolti per il mantenimento del benessere psico-fisiologico e nel rispetto dell'impegno specifico che si richiede all'atleta.

Le osservazioni e le valutazioni dei punti di forza e dei punti di debolezza dei pugili evidenziati durante lo svolgimento del confronto agonistico, necessarie per informare e ristrutturare continuamente l'allenamento, si è concretizzato con la visione e l'analisi di alcuni incontri presi dai recenti Campionati Europei e Mondiali, sono toccate al sottoscritto.

Gli stagiaires hanno discusso questi coinvolgenti temi partendo da interessi, curiosità, e dubbi personali per approdare a nuove conoscenze. Tale processo consentirà loro di sperimentare nuove proposte di lavoro in palestra adeguandosi ai nuovi input e formare buoni pugili orientati verso un pugilato epocale. Tutto cambia ed è possibile abitare il "cambiamento" grazie all'istruzione di qualità, la ricerca, la sperimentazione, l'innovazione e il rinnovamento delle istituzioni.

Gli stages offrono la possibilità di far vivere esperienze collettive dove interagiscono atleti, tecnici, arbitri, dirigenti per auto-migliorarsi e riversare questo surplus nei rapporti con gli altri. Il presupposto di avere cura di sé, dei propri interessi, essere felice, può giustificarsi rispondendo alle richieste dell'etica intesa come costruzione del bene comune e "l'essere per gli altri". Semplificando "se sei buono con gli altri, essi saranno buoni con te". In questa ottica diventa possibile costruire il ponte tra le due sponde, evocate nella premessa, a tutti i tesserati alla FPI con ruoli ben definiti ma uniti nell'interesse generale.

Il Coordinatore dell'Esecutivo dei Tecnici Sportivi
f.to Professor *Massimo Sciotti*