



# PANATHLON CLUB NOVARA

Distretto Italia - Area 3 - fondazione 6 APRILE 1956

## NOTIZIARIO OTTOBRE

### CONVIVIALE IN PRESENZA

(25 ottobre 2021)

#### Argomento della serata:

### SFIDE SULLA NEVE AD OLTRE 200 ALL'ORA "IL KM LANCIATO"

**Presenti:** Accornero – Allegra – Ambiel – Armano – Baraggioli – Bassano – Bellotti – Bertini – Bezio – Brustia – Camaschella – Carretto – Colombo – D’Aquino – De Agostini – De Angelis E. – De Angelis P. – De Paulis – De Regibus - Di Seglio – Galli – Giannoccaro – Gramoni – Graziosi – Guilizzoni – Massarotti – Milone – Minoli – Nanotti – Niccoli - Picchio – Pinto – Soldi – Spaini – Vecchio – Viola – Zambotto

**Assenti Giustificati:** Bertone – Bossi – Cancelliere – Cardinali – Ciancia – Corica – Danelli – Ferrarotti – Foti – Franzoni – Ghiselli – Ghisellini – Koten – Macchi Del Sette – Massolo - Mazzini – Migliorini – Mottini – Parrini – Robiglio – Sprocati – Tacchini – Vanoli – Vidali – Zucca Marmo – Zweifel

Soci presenti: n° 37/66 pari al 56,06%.      Ospiti del Club: 2      Ospiti dei Soci: 6

**Autorità:** Greggio Valentina (Relatrice) - Federico Perugini (Consigliere Regionale Piemonte)

oooooooooooooooooooo

All'ingresso del Castello Sforzesco, sede della riunione conviviale del 25 ottobre 2021, vengono espletate le formalità ancora previste dalle norme anti Covid. La serata inizia nel salone superiore dove il Presidente Mario Armano rivolge ai presenti un caloroso saluto a cui segue la lettura del Decalogo del Panathleta da parte del Cerimoniere Paolo Bertini, il quale prosegue presentando tra gli ospiti il Consigliere Regionale del Piemonte, Federico Perugini, ma soprattutto la **Relatrice della serata Valentina Greggio** descrivendone la carriera sportiva dagli esordi all'apice del successo.

**Valentina** ha vinto per tre volte il Titolo Mondiale e per quattro volte la Coppa del Mondo stabilendo due Record Mondiali di assoluto prestigio in una disciplina affascinante e particolarmente difficile.



Esposti tuta e casco da gara a disposizione della curiosità dei presenti, esordisce ringraziando per il gradito invito e subito presenta un video, inerente alla sua disciplina, che la ritrae in fase di gara, destando la curiosità e l'ammirazione dei Soci che, complimentandosi per le sue gesta sportive, le rivolgono numerose domande di carattere tecnico sui particolari dell'abbigliamento, sul tipo di allenamento svolto anche nella galleria del vento (molto produttiva ma costosa) e sulla paura e sui dubbi che potrebbero condizionare lo stato emotivo prima della partenza, in una gara oggettivamente di così alta pericolosità. Valentina sostiene che esiste la paura, che rappresenta uno stato normale durante le competizioni ma che lei non ha mai usufruito di un supporto psicologico e non usa tecniche particolari di concentrazione poiché i 20" di durata della discesa, talmente brevi nella percezione, non permettono nell'immediato di "pensare" o "fare modifiche al proprio stato psico-fisico". Nata e cresciuta tra le montagne, afferma di avere il Cervino negli occhi e a Cervinia ha trovato la pista più favorevole; sostiene inoltre che il numero ridotto di impianti sul territorio e le particolari caratteristiche tecniche di costruzione limitano notevolmente la diffusione di questo sport non ancora olimpico.

Valentina è la donna più veloce del mondo, un razzo, un fulmine in uno sport purtroppo poco conosciuto, un vero talento che raggiunge i 250 Km. all'ora circa, avvicinandosi alle prestazioni maschili.

Utilizza sci speciali, solo quelli di marca ATOMIC, che permettono di scendere in linea retta e specifica che in gara non occorre impiegare forza esplosiva ma forza massima in posizione prettamente aerodinamica.

La tuta (prodotta solo in Francia) non è confezionata con un materiale che possa favorire la sicurezza in discesa anzi, in caso di caduta, sarebbe la causa di ustioni dovute allo sfregamento sulla neve. Solo di recente si stanno studiando idonee sotto-tute protettive ed infine, anche il casco è incredibilmente leggero e non molto protettivo, pensato solo per avere una foggia molto aerodinamica ma non per la vera sicurezza dell'atleta.

La realtà è che, durante la discesa, la particolare conformazione del casco non permette allo sciatore (che ricordiamo ha la testa molto bassa) una chiara visione del tracciato, la visiera si appanna, la tuta è leggerissima e non è termica e di conseguenza si congela, per respirare si prende aria da sotto il casco mentre si va da 0 a 200 km. all'ora in 5 secondi e mezzo ed il tempo per la classifica viene preso solo nei 100 mt. finali nei quali si raggiunge la massima velocità (pendenza 97-98%)

L'importante comunque è tenere piatti gli sci (15 Kg. al paio) e non spigolare, la temperatura raggiunta dalla base degli sci è così alta da bruciarne la soletta; di positivo c'è che la competizione si svolge solo in assenza di vento e con le condizioni della neve ottimali per garantire un "minimo di sicurezza" agli atleti. Il percorso, in discesa, è di 1200 mt. con uno spazio di frenata di 400 mt.

Al termine della meravigliosa relazione, dopo aver descritto il tipo particolare di competizione e aver risposto alle numerose domande si potevano cogliere sui visi dei presenti espressioni di stupore, meraviglia, apprezzamento e considerazione per un'atleta dal così grande coraggio che ha saputo con estrema naturalezza e simpatia raccontare un'attività e un percorso sportivo di così alto livello, tanto da far sembrare il "KM LANCIATO" uno sport di estrema semplicità.



Il Presidente Mario Armano, a conclusione dell'interessantissima serata, consegna a Valentina Greggio la rappresentazione della Cupola di San Gaudenzio, simbolo della nostra città, insieme ad un gagliardetto ricordo del Panathlon International Club Novara e congeda i Soci e gli ospiti presenti con un sentito arrivederci.

Il Segretario  
Giovanna Bellotti