

L'astro nascente della Fiarc ha già collezionato una lunga serie di successi. E non vuole fermarsi qui. Ma il suo sogno segreto restano le Olimpiadi.

## Nessuno ferma Mirko Podico

**V**errebbe da definirlo una giovane grande promessa. In realtà, in buona parte, già una certezza. Mi riferisco a Mirko Podico, lo scout più vincente e prestigioso della nostra Federazione, giunto quest'anno al grande passaggio nel mondo degli adulti. Si presenta a questo appuntamento con credenziali di tutto rispetto. Difficilmente eguagliabile, Mirko vanta già un palmares da super campione. Esordisce nel 2003, ed alla sua prima prova vince la medaglia d'argento, sia ai Campionati europei che a quelli mondiali. L'anno successivo, ai Campionati in Austria, si aggiudica il titolo europeo e due mesi dopo, al Corno alle Scale, quello italiano. Nel 2005 vince tutte le poste in palio... campione regionale lombardo, campione italiano a Gargnano, campione europeo a Bagno di Romagna e campione mondiale in Sudafrica, oltre ad un altro oro in categoria open. Raramente racconto di palmares tutti d'un fiato, ma credo che questo ne valga decisamente la pena. Mirko tira con il compound, nello stile libero, è nato a Milano il 25 dicembre del 1988, milita nella 04 Mira ed è studente del quarto anno di Liceo scientifico. È un ragazzo volitivo, ambizioso e molto dotato, oltre che simpatico e amante della compagnia. Ai campionati lo vedi sempre sul podio, ma non manca mai gli appuntamenti migliori; bisbocce serali o gavettoni a fine gara. Mirko è il maggiore di tre figli, ha una sorellina di nove anni che lo segue a volte ai campionati e va in estasi per lei durante le premiazioni, e un fratello di quindici che lo ha simpaticamente punzecchiato, durante l'intervista. Mirko vanta anche due splendidi genitori, che lo seguono costantemente, spronandolo ed incoraggiandolo. In particolare papà Maurizio, che oltre al ruolo di allenatore si trova a vivere da quest'anno anche quello di avversario. Padre

e figlio hanno cominciato a tirare insieme, quattro anni or sono e se fino ad ora Mirko ha regalato a Maurizio solo soddisfazioni, da ora in poi ci sarà anche una sana rivalità. Dopo il corso, presso la 04 Mira, sia padre che figlio si orientarono subito verso il compound mirato con rilascio manuale. Con la supervisione ed il sostegno tecnico del grande Cesare Gambini, entrambi raggiungono presto un ottimo livello.



Mirko Podico: *"Il mio consiglio è di osservare sempre gli altri mentre tirano. Si impara molto guardando i campioni, ma si impara anche nel vedere gli sbagli altrui, per poi poterli riconoscere in te stesso. Inoltre è importante essere sempre certi dell'ottimo stato della propria attrezzatura e della messa a punto, per non avere dannose insicurezze".*

**Allora Mirko, da quest'anno sei cacciato-re anche tu, quindi, diretto avversario di tuo padre, come sono andate le prime gare?**

*"Direi bene. Ci stimoliamo molto, prendendoci in giro e lanciandoci sfide. Comunque la figura di mio padre è (e resta) estremamente importante per me. Oltre ad essere stato finora un severo allenatore, condividiamo da sempre allenamenti e gare. Però vorrei approfittare*

*di questa intervista per ringraziare anche Cesare Gambini e tutta la Compagnia per essermi sempre stati accanto e per avermi sostenuto in questi anni di crescita. Con un team così non posso far altro che migliorare!"*

**Come sono andate le prime gare di campionato fra i cacciatori?**

*"Sono piuttosto soddisfatto. Ho esordito con due piazzamenti al quarto posto, per poi passare ad un secondo ed un primo. Del resto mio padre mi aveva abituato da tempo a confrontare i miei punteggi da scout con quelli dei cacciatori e quindi il passaggio non è stato traumatico. Conoscevo bene aspettative e limiti".*

**E dei limiti che ne facciamo?**

*"Li superiamo, naturalmente. Oltre agli scontri con papà, ho già nel mirino due campioni, come Della Torre e Aiello. So di avere della strada da fare, ma mi piace procedere spedito".*

**E Raffaele Gallo, il grande campione della tua specialità, lo hai mai incontrato?**

*"No, non personalmente, lo conosco di fama".*

**Anche lui, qualche anno addietro, vinse tutti i titoli in palio. Immagino già un titanico scontro in un futuro non lontano. Quali obiettivi ti sei posto per questo anno?**

*"Parteciperò sicuramente sia ai Campionati italiani che a quelli europei e per questo esordio mi accontenterei di stare fra i primi cinque; poi naturalmente cercherei di fare sempre meglio!"*

**E i tuoi programmi a largo raggio?**

"Vorrei provare anche il circuito 3D Fita, ma soprattutto il ricurvo olimpico. La mia Federazione è sicuramente la Fiarco, l'ambiente è fantastico, divertente e coinvolgente, quindi non smetterei mai di fare le nostre gare. Certo che un'incursione nella Fitarco, per saggiare le mie capacità, anche in quel settore, non mi dispiace. Quale sportivo non sogna le Olimpiadi?"

#### **Parlaci della tua attrezzatura.**

"Ho tirato con un Miura di Bernardini e un Hoyt Protek 2003. Mentre attualmente mi affido ad un Ultrateck 2003, sempre della Hoyt".

#### **Si tratta di un arco molto veloce e piuttosto nervoso. Si concilia con il tuo stile di tiro?**

"Direi di sì. È un arco molto potente. Non ti perdona niente, ma se sei centrato e hai fatto una buona messa a punto, è impagabile".

#### **Frecce?**

"Carbon Airos della Easton, light-speed con punta da 50 grani e penne quick spin".

#### **Ti occupi personalmente dell'attrezzatura?**

"Sì. Sono sempre seguito sia da mio padre che da Cesare Gambini, ma da tempo è mia l'ultima parola. Ho idee precise in fatto di attrezzatura. Cerco sempre il miglior compromesso fra velocità e stabilità, anche tentando nuove strade. Ad esempio... utilizzo un rest doppio di quelli ad abbattimento, modificato per fungere da normale rest, con botton berger e devo dire di esserne soddisfatto".

#### **Hai tirato anche con altri tipi di arco?**

"Li ho provati tutti. Il ricurvo è un arco piacevole, ma io amo la precisione e quindi non mi appaga del tutto. Il long bow è il più divertente in assoluto, ma lo userei per giocare fra amici e non per far gare. Quanto allo sgancio non mi piace perdere il contatto con la corda,

voglio essere responsabile del mio tiro fino in fondo. Il ricurvo olimpico mi piace abbastanza e mi sono ripromesso di approfondirne la conoscenza in un prossimo futuro".

#### **Come ti alleni?**

"Vicino casa. Frequento la palestra di una compagnia Fitarco, alla quale sono affiliato per allenarmi la sera.

Quando posso ci vado un paio di volte la settimana.

Generalmente tiro sul campo il sabato mattina e faccio gare la domenica. In vista dei campionati maggiori, con mio padre, cominciamo a girare più campi possibile".

#### **Qual è il tiro preferito?**

"Fra i 35 e i 45 metri, meglio se impegnativo".

#### **Come affronti i bersagli mobili?**

"Non li aspetto, li seguo".

#### **La gara che ti piace meno?**

"Il percorso, troppo lungo! Spesso ci sono tappi... e non finisce mai. Sugerirei di mescolare sempre fra loro gli arcieri dei vari stili. A mio parere è una cosa utile per evitare le code e divertente per conoscersi meglio e per confrontarsi".

#### **Raccontaci il tuo personale approccio al tiro.**

"Dato che tendo ad essere distratto, controllo tre volte il totem con le istruzioni per il tiro. Dopo aver sbinicolato il bersaglio, faccio una valutazione d'istinto della distanza e solitamente mi attengo a quella. Solo in caso di tiri ingannevoli verifico razionalmente quanto suggeriti dall'istinto.

Dopodiché mi concentro esclusivamente sullo spot e tutto va in automatico; dalla ricerca della posizione, alla respirazione, fino alla fase di rilascio. Ho la fortuna di riuscire ad essere piuttosto freddo e distaccato sul picchetto di tiro con la mente sgombra".

#### **Quando sbagli?**

"Esamino attentamente l'errore. È importante capire subito da cosa è stato generato, così da affrontare serenamente la piazzola successiva. Di solito non mi arrabbio e faccio più attenzione nei tiri seguenti. Così anche l'errore diventa lo stimolo verso una maggior concentrazione e una miglior resa".

#### **Il momento più bello, fino ad ora?**

"Stranamente non un podio mondiale, ma una gara sociale della 04 Mira (lo scorso anno) nella quale ho battuto tutti i grandi. Una splendida giornata e una gran soddisfazione".

#### **Com'è l'ambiente degli scout, quello in cui ti sei mosso fino a ieri?**

"Buono. Ai campionati si formano dei bei gruppi (anche con le ragazze) e ci divertiamo molto. So che le ragazze a volte si fanno il sangue amaro in gara con dispetti o persino discutibili ricorsi, mentre noi maschietti siamo più tranquilli. Magari minacciano di tagliarmi la corda dell'arco o di gambizzarmi, ma solo per scherzo".

#### **Un consiglio da dare?**

"Osservare sempre gli altri mentre tirano. Si impara molto guardando i campioni, ma si impara anche nel vedere gli sbagli altrui, per poi poterli riconoscere in te stesso. Inoltre è importante essere sempre certi dell'ottimo stato della propria attrezzatura e della messa a punto, per non avere dannose insicurezze".

#### **Progetti per lo studio?**

"Dopo il Liceo, vorrei fare ingegneria aeronautica".

#### **Come si concilia lo studio con il tiro con l'arco e la vita sociale?**

"Con impegno ed energia si riesce a fare tutto. A questa età l'energia non manca; l'impegno devi mettercelo tu. A quello scolastico ci pensa mia madre standomi addosso come un masino, per l'arco c'è mio padre e nel sociale... mi impegno da solo".

**Francesca Capretta**



**Valerio Russo**



**Country Store (Bazzano - Bologna) presenta**

**BASIC**

**economia e prestazioni superiori,  
il primo modello economico di qualità**

**[www.valeriorussoarchery.com](http://www.valeriorussoarchery.com)**

**Per informazioni: Tel. 0522 996803 - Cell. 328 3383503  
[valerio@valeriorussoarchery.com](mailto:valerio@valeriorussoarchery.com)**